

DR. RER. NAT. KATHRIN KOLL | DR. MED. ULRIKE KEIM
ANGELIKA WAGNER-BERTRAM

GEMMOTHERAPIE

HEILEN MIT KNOSPEN

RATGEBER GESUNDHEIT

G|U



DR. RER. NAT. KATHRIN KOLL | DR. MED. ULRIKE KEIM
ANGELIKA WAGNER-BERTRAM

GEMMOTHERAPIE HEILEN MIT KNOSPEN

RATGEBER GESUNDHEIT

G|U



Unsere eBooks werden auf kindle paperwhite und iBooks (iPad) optimiert. Auf anderen Lesegeräten oder Lese-Apps kann es zu Verschiebungen in der Darstellung von Textelementen und Tabellen kommen, die leider nicht zu vermeiden sind. Wir bitten um Ihr Verständnis.



DR. RER. NAT. KATHRIN KOLL

Apothekerin

DR. MED. ULRIKE KEIM

Fachärztin für Innere Medizin

ANGELIKA WAGNER-BERTRAM M. A.

Heilpraktikerin

»Der Mensch kann nicht von der Natur, seiner sozialen Umgebung und seiner Umwelt isoliert werden, denn in der Natur liegt der Schlüssel zu seinem Gleichgewicht und zur Wiederherstellung seiner Gesundheit.«

DR. POL HENRY



DIE HEILKRAFT DER KNOSPEN

Es gibt zahlreiche naturheilkundliche Therapien, die dem Menschen Linderung verschaffen. Die Kunst ist es, für sich das Richtige auszuwählen, denn jeder Mensch ist ein Individuum und somit einzigartig in seinem Wesen, aber auch in seiner Gesundheit. Hinzu kommt, dass wir in einer sich sehr schnell wandelnden Gesellschaft leben und sich die gesundheitlichen Problemstellungen ebenso rasant verändern.

Die Gemmotherapie ist eine neue Form der Pflanzenheilkunde, bei der Extrakte aus Knospen eingesetzt werden, die regenerativ und ausgleichend wirken. Da Knospen von frischen Pflanzen verwendet werden, sind die Extrakte reich an wertvollen Pflanzeninhaltsstoffen, aber

auch an Energie, deshalb beeinflussen die Gemmoextrakte sowohl die körperliche als auch die seelische Ebene.

In diesem Buch stellen wir Ihnen diese besondere Knospentherapie vor. Sie lernen die einzelnen Pflanzen und ihre Wirkung kennen, außerdem die gängigsten Symptome, bei denen Sie die Extrakte einsetzen können. Neben den passenden Mitteln der Gemmotherapie nennen wir weitere Arzneimittel sowie bewährte Hausmittel und weitere Tipps, die sich gut mit den Extrakten kombinieren lassen.

Grundsätzlich ist es sinnvoll, zu lernen, seinen Körper zu verstehen und auf die Signale zu hören. Nur so entwickeln Sie ein Gespür dafür, wann Sie einen Arzt oder Heilpraktiker konsultieren sollten und welche Symptome Sie selbstständig zum Abklingen bringen oder sogar lösen können. Je mehr Erfahrung Sie gewinnen, desto besser können Sie sich und Ihrer Familie helfen.

Walter Zell

G.C.

A. Wapf-Bertram



GEMMOTHERAPIE – GESUND
DURCH KNOSPEN

KNOSPEN SIND KLEINE KRAFTPAKETE,
VOLLGEPACKT MIT EINER FÜLLE AN
HEILKRÄFTIGEN WIRKSTOFFEN. WIE SIE DIESE
WUNDERWERKE FÜR IHRE GESUNDHEIT NUTZEN
KÖNNEN, ERFAHREN SIE AUF DEN FOLGENDEN
SEITEN.



EINE NEUE THERAPIE STELLT SICH VOR

Sie interessieren sich für die Naturheilkunde und haben pflanzliche und / oder homöopathische Mittel bei leichteren Beschwerden auch schon bei sich selbst angewendet? Dann möchten Sie sicher auch wissen, was sich hinter »Gemmotherapie« versteckt. In diesem Kapitel wollen wir Ihnen diese neue Therapieform vorstellen.

In Frankreich und Belgien kennt man die Gemmotherapie schon seit den 1950er-Jahren, auch in der Schweiz und in Österreich ist sie bereits etabliert. In Deutschland ist die Gemmotherapie noch eine relativ junge Therapieform, doch die Heilmittel, die sogenannten Gemmoextrakte, werden auch hierzulande zunehmend von naturheilkundlich arbeitenden Ärzten, Heilpraktikern und Apothekern in die Therapien eingebunden. Seit 2012 sind 20 Gemmotherapeutika auf dem deutschen Markt erhältlich.

Gemmotherapie – neue Therapie in der Naturheilkunde

Die Gemmotherapie wird dem Bereich der Pflanzenheilkunde oder Phytotherapie zugeordnet (zum Begriff »Gemmotherapie« siehe Info >). Beiden Therapieformen ist gemeinsam, dass die eingesetzten Heilmittel aus Pflanzen hergestellt werden. Doch während bei der klassischen Phytotherapie meistens Rinde, Blüten, Blätter oder auch die ganze Pflanze in getrocknetem Zustand für Tees, Tinkturen, Abkochungen oder Kaltwasserauszüge verwendet werden, nutzt man für die Gemmotherapie Auszüge der frischen Knospen, Triebspitzen (Schösslinge, Sprosse) oder Wurzeltriebe bestimmter Pflanzen, von der Birke den Baumsaft.

Alte »neue« Therapie

Dass Knospen und Triebspitzen von Pflanzen besonders wertvoll sind, ist nicht neu. Sie dienen bereits seit Menschengedenken in der traditionellen europäischen Volksmedizin als Heilmittel bei Erkältungskrankheiten oder Hautleiden und gehörten früher regelmäßig zur Nahrung des Menschen. Auch heute sind Knospen aus vielen Gerichten nicht wegzudenken siehe >.

Der Einsatz von Knospen ist nur wenig dokumentiert. Auch konnten sie sich aufgrund der begrenzten Verfügbarkeit und Haltbarkeit gegenüber getrockneten Zubereitungen wie Teekräutern kaum durchsetzen.

Einen sehr frühen Beweis für die Anwendung von Knospen als Heilmittel liefert Plinius der Ältere (24 – 79 n. Chr.), einer der bedeutendsten Gelehrten seiner Zeit. In seinem 37-bändigen Werk zu den Naturwissenschaften und zur Medizin, »Historia naturalis«, beschreibt er unter anderem die einzelnen Pflanzen, Bäume und ihre Knospen vor allem

des mitteleuropäischen Raums, die er als Offizier und Verwalter in verschiedenen römischen Provinzen kennengelernt hatte. Besonders fasziniert war er von der stämmigen Eiche, die er vielfach beschrieben hat. Beispielsweise erwähnte er ihre Kügelchen oder Kätzchen (also die Knospen) vermischt mit Bärenfett als Haarwuchsmittel.

INFO

DEFINITION VON GEMMOTHERAPIE

Der Begriff »Gemmo« leitet sich von dem lateinischen Wort »gemma« ab, was »Knospe«, »Knopf« oder »Auge« bedeutet. Die Gemmotherapie ist also die Behandlung von Krankheiten mit Knospen und jungem, frischem Gewebe der Pflanzen.

Auch in der Mineralienkunde gibt es den Begriff »Gemmo«, hier steht er für »Edelstein«. Die Edelsteinkunde heißt jedoch Gemmologie.

Auch Hildegard von Bingen (1098 – 1179), eine Universalgelehrte des Mittelalters, kannte Knospen als Heilmittel. In ihrem Werk »Physica«, dem »Buch über das innere Wesen (Beschaffenheit und Heilkraft) der verschiedenen Kreaturen und Pflanzen«, beschrieb sie unter anderem die heilsame Wirkung von Apfelknospenöl bei Migräne und empfahl junge Apfelbaumblätter, »wenn sie zur Frühlingszeit beim ersten Sprießen sind«, als Augenmittel. Stark geprägt wurde die Medizin im europäischen Raum von dem Schwyzer Arzt und Reformator der Medizin, Theophrastus Bombastus von Hohenheim, genannt Paracelsus (1493 – 1541). Er stellte erstmals die unterschiedliche Wirkung der einzelnen Pflanzenteile dar und erkannte bereits, dass Rinde, Blätter, Wurzeln oder Knospen ganz »ungleich« sind und verschiedene

»Tugenden«, gemeint sind Eigenschaften, haben. Auf die unterschiedlichen Entwicklungsstufen der Pflanzen ging auch Johann Wolfgang von Goethe (1749 – 1832) in seiner Basisarbeit »Die Metamorphose der Pflanzen« ein. Ein über die Jahrhunderte bewährtes Heilmittel sind die Knospen von Pappeln. Pedanios Dioskurides, ein griechischer Arzt und Wegbereiter der Pharmakologie, der im 1. Jahrhundert n. Chr. lebte, erwähnte sie als einer der Ersten. Das Rezept einer Salbe aus Pappelknospen ist in der »Oeconomischen Encyclopädie« des deutschen Arztes und Naturwissenschaftlers J. G. Krünitz (1728 – 1796) überliefert, einer der ältesten Enzyklopädien des deutschen Sprachraums. Für die Pappelpomade oder Unguentum populeum wurden ein Teil frische Pappelknospen und zwei Teile Schweineschmalz schwach erwärmt, bis die Feuchtigkeit verdunstete. Nach dem Abseihen entstand eine blassgrüne Salbe, die vielfach zur Wundheilung eingesetzt wurde, aber auch gegen Hämorrhoiden helfen sollte. Die Verwendung von Knospen und jungen Trieben als Heilmittel ist nicht auf den europäischen Raum beschränkt. Auch die Traditionelle Chinesische Medizin setzt Knospen ein, jedoch überwiegend in Teezubereitungen mit teilweise giftigen Pflanzen.

Die moderne Gemmotherapie

Da es früher kaum Möglichkeiten der Haltbarmachung gab, war die Verfügbarkeit von Heilmitteln aus Knospen und Tribspitzen auf das Frühjahr begrenzt. Dies sollte sich erst in der Neuzeit ändern.

In den 1950er-Jahren wurde diese traditionelle Form der Knospentherapie in Frankreich und Belgien wiederbelebt. Es wurden besonders schonende Verfahren der Herstellung entwickelt siehe [>](#), bei der die sensiblen Wirkstoffe der Pflanzen erhalten bleiben und haltbar gemacht werden konnten. Seitdem erfreut sich die Gemmotherapie

zunehmender Beliebtheit in Europa und hat mittlerweile einen festen Platz in der Naturheilkunde gefunden.



Undifferenzierte Zellen im Knospengewebe waren die Basis von Dr. Henrys Untersuchungen.

DR. POL HENRY - BEGRÜNDER DER GEMMOTHERAPIE

Die moderne Form der Gemmotherapie mit Fertigpräparaten geht zurück auf den belgischen Arzt Dr. Pol Henry (1918 – 1988). Zu seiner Zeit war die sogenannte Frischzellentherapie Mode. Dabei bekamen Patienten mit chronischen Krankheiten oder Altersbeschwerden Zellpräparate von Tieren gespritzt. Man erhoffte sich, dass die alten Zellen gegen die neuen jungen ersetzt würden. Dieser neue medizinische Ansatz inspirierte Dr. Henry. Er wollte eine Frischzellentherapie aus jungen Pflanzenzellen entwickeln, um Tierversuche zu vermeiden. Er hatte in der Natur beobachtet, dass Tiere bestimmte Knospen fraßen, um zu gesunden. Um 1960 begann er mit der gezielten Forschung an pflanzlichem Embryonalgewebe, das heißt an Gewebe von frischen, im Wachstum befindlichen Pflanzenteilen. Dieses Gewebe, botanisch Meristem genannt, enthält pflanzliche Stammzellen, sogenannte undifferenzierte Zellen, die noch nicht die typischen Merkmale eines bestimmten Gewebes tragen. Deshalb können sich Stammzellen zu unterschiedlichen Gewebearten entwickeln. Die erste einzelne Knospe, die Dr. Henry untersuchte, stammte von der Birke (*Betula pubescens*). Er stellte fest, dass ein Extrakt aus den Knospen besondere Abwehrzellen (Makrophagen) in der Leber stimuliert und somit ausleitend wirkt. In zahlreichen weiteren Untersuchungen über Mechanismen, mit denen sich Pflanzen gegen Fressfeinde schützen und ihr Wachstum regulieren, konnte Dr. Henry belegen, dass das teilungsaktive, embryonale Gewebe der Pflanzen das Maximum an Energie und Informationen für die Entwicklung der Pflanze enthält. Gibt man diese Informationen in den menschlichen Körper, so ist es möglich, dort fehlgesteuerte Informationen zu reparieren und zu regenerieren. Damit wird ein Heilungsprozess angestoßen. Diese Erkenntnis war die Basis seiner Therapie, die er »Phytembryothérapie« nannte, übersetzt etwa »pflanzliche Stammzelltherapie«. Zunächst ging er daran, eine

geeignete Methode zu finden, um diese wirksamen Stoffe aus dem Embryonalgewebe herauszulösen, zu extrahieren. Dies gelang ihm durch eine besonders schonende Aufbereitung von Knospen und jungen Trieben in drei verschiedenen Lösungen siehe >. Die dabei entstehenden Mazerate (Auszüge aus Kräutern) enthalten die »Essenz« der Pflanzen mit allen Inhaltsstoffen. Mithilfe der Protein-Elektrophorese, einer Methode, um Eiweiße (Proteine) voneinander zu trennen, analysierte Dr. Henry die Zusammensetzung der Mazerate. Zudem untersuchte er die Effekte, die durch die Einnahme der Mazerate entstehen. Die von ihm entwickelte Herstellungsmethode ging in das französische Arzneibuch ein und wurde 2011 in das Europäische Arzneibuch übernommen. Arzneibücher enthalten die allgemeingültigen Herstellungsverfahren für Arzneimittel. Gemmoextrakte in Deutschland werden nach dem Europäischen Arzneibuch hergestellt. Seine Erkenntnisse veröffentlichte Dr. Henry 1970 in seinem Buch »Phytembryothérapie« siehe >.

WEITERE WEGBEREITER DER GEMMOTHERAPIE

Den heute gebräuchlichen Namen Gemmotherapie prägte Dr. Max Tétou (1927 – 2012), ein französischer Homöopath. Er entwickelte die Gemmotherapeutika weiter und veröffentlichte diverse Bücher und Schriften, unter anderem den Clinical Guide, ein Nachschlagewerk über die Pflanzenextrakte und ihre Wirkungen. Der Homöopath Dr. O. A. Julian (1910 – 1984) und der Arzt Dr. Flament, beide aus Frankreich, führten standardisierte biologische Methoden in die Gemmotherapie ein, das heißt Methoden unter genau definierten Bedingungen, wodurch sie auch von anderen nachgestellt werden können und somit vergleichbar sind. Der italienische Arzt und Homöopath Dr. Fernando Pitera, derzeit einer der führenden Wissenschaftler im Bereich der Gemmotherapie, schrieb ein 800 Seiten starkes Gemmotherapie-Kompodium mit Monographien von

Heilpflanzen in der Gemmotherapie. Enthalten sind die Beobachtungen der Wirkweisen der wichtigsten Gemmotherapeutika. Inzwischen liegen etliche wissenschaftliche Studien, Untersuchungsergebnisse und Bücher zur Gemmotherapie vor, die meisten jedoch in französischer oder englischer Sprache.

Wie werden Gemmoextrakte hergestellt?

Wie bereits erwähnt, geht das besonders schonende Herstellungsverfahren der Gemmoextrakte auf Dr. Henry zurück. Dabei wird ein Komplettextrakt gewonnen, der die gesamte Vielfalt der aktiven Verbindungen in der Pflanzenknospe enthält. Die frischen Knospen, Trieb- oder Wurzelspitzen werden während ihrer Teilungsphase, also zur Hauptwachstumszeit im Frühjahr, von Hand gepflückt. Dabei wird selbstverständlich von jeder Pflanze nur ein begrenzter Teil der Knospen geerntet, um das weitere Leben der Pflanze nicht zu gefährden. Man kann sich vorstellen, wie viele Pflanzen notwendig sind, um die nötige Menge an wertvollen Knospen zu erhalten. Die Ernte ist deshalb sehr zeit- und kostenintensiv. Alle Pflanzen stammen aus Wildsammlungen oder aus dem Bio-Anbau.

Die Heilkraft herauslösen

Die Pflanzenteile werden sofort nach der Ernte in eine Glycerol-Ethanol-Mischung gelegt. Glycerol, ein Zuckeralkohol, ist nötig, um die fettlöslichen Inhaltsstoffe in Lösung zu bringen. Durch den vergleichsweise geringen Ethanolgehalt bleiben auch sehr empfindliche Wirkstoffe wie zum Beispiel Aminosäuren und Enzyme erhalten, denn gerade diese machen das spezielle Wirkspektrum des späteren Extraktes aus siehe >. Bei konventionellen alkoholischen Auszügen, die bis zu 90 Prozent Ethanol enthalten, gingen diese Stoffe verloren.

Nach dem Abfiltrieren der festen Bestandteile werden die Mazerate (Auszüge) mit gereinigtem Wasser (es enthält keine Fremdstoffe) im Verhältnis 1 : 10 verdünnt.

Gemmoextrakte sind also Glycerol-Alkohol-Wasser-Extrakte und enthalten somit sehr viel weniger Alkohol (18 bis 33 Volumenprozent) als klassische Pflanzenextrakte. Die Herstellung der Extrakte ist im Europäischen Arzneibuch beschrieben und wird genauestens eingehalten.

Die Gemmoextrakte enthalten messbar viele der wertvollen Inhaltsstoffe, um wirksam zu sein. Mithilfe von pharmazeutischen Untersuchungsmethoden wie der Dünnschichtchromatografie (physikalisch-chemisches Trennverfahren zur Untersuchung der Bestandteile von Lösungen) konnte gezeigt werden, dass die Inhaltsstoffe in den Knospen tatsächlich deutlich höher konzentriert sind als in anderen Pflanzenteilen, die üblicherweise in der Pflanzenheilkunde verwendet werden. Auch klinische Untersuchungen konnten belegen, dass sich die Effekte mit den Knospenextrakten deutlich unterscheiden zu den Effekten mit Extrakten aus anderen Pflanzenteilen.