

19.02.2008 - 08:00 Uhr

## Das Heil-Geheimnis der Pflanzen - die 30 wirksamsten Frauen-Kräuter

Hamburg (ots) -

Die Heilkraft der Kräuter ist seit Jahrtausenden bekannt und wird auch heute gerne eingesetzt. Wie die Zeitschrift VITAL in ihrer aktuellen Ausgabe (3/2008, EVT: 20. Februar) berichtet, vertrauen 80 Prozent der deutschen Frauen auf die Pflanzenmedizin. Deren Wirkung wird heutzutage mit modernsten Methoden systematisch untersucht. "Ziel einer modernen Phytotherapie muss es sein, die alte Heilkunst auf eine rationale und nachvollziehbare Basis zu stellen," sagt Prof. Dr. Theo Dingermann vom Institut für Pharmazeutische Biologie an der Uni Frankfurt. Derzeit sind von den weltweit 2000 Heilpflanzen gerade mal 10 Prozent erforscht. Doch neue Erkenntnisse und Forschungsergebnisse gibt es besonders für Frauen.

So kann laut einer Studie der Schmerzklinik Kiel das Extrakt der Pestwurz Migräneattacken um 58 Prozent reduzieren. Hintergrund: Der Inhaltsstoff Petasin wirkt stark krampflösend. Bei hormonell bedingter Migräne empfiehlt sich dagegen Frauenwurz. Die darin enthaltenen Alkaloide und Seifenstoffe greifen ausgleichend in den Hormonhaushalt ein und helfen vor allem jüngeren Frauen. Da die Inhaltsstoffe bei falscher Dosierung schaden können, wird Frauenwurz heute vor allem als homöopathisches Mittel eingesetzt. Gegen Wechseljahresbeschwerden hilft wiederum Rotklee, dessen hormonähnliche Isoflavone den Östrogenmangel lindern. Zusätzlich fördert Rotklee den Kollagenaufbau in den oberen Hautschichten und glättet Falten. Die Einnahme sollte allerdings immer mit dem Frauenarzt abgestimmt werden.

Ob Kreislaufprobleme oder Gallenleiden, Schlafstörungen oder Völlegefühl, - gegen nahezu alle Frauenbeschwerden ist ein Kraut gewachsen. In einem großen Pflanzen-ABC von Ackerschachtelhalm (wirkt gegen Harnwegsinfekte) bis Zaubernuss (gegen Hautprobleme) informiert VITAL über Heilkräfte und Anwendung der 30 wirksamsten Frauen-Kräuter, die meist je nach Bedarf als Tee, Kompressen oder als Badezusatz eingesetzt werden.

Diese Meldung ist unter Quellenangabe VITAL zur Veröffentlichung frei.

Rückfragen bitte an:  
Susanne Schütte  
Redaktion VITAL  
Tel. 0049-40/ 27 17 - 3115  
Fax 0049-40/ 27 17 - 35 64

Pressekontakt:

Pressekontakt:

Mona Burmester  
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit  
Tel. 0049-40/ 27 17 - 24 93  
Fax 0049-40/ 27 17 - 20 63

E-Mail: [presse@jalag.de](mailto:presse@jalag.de)

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100000420/100554992> abgerufen werden.