

# Gemmotherapie

## ***Was ist Gemmotherapie?***

Die Gemmotherapie ist ein junger Ast der Pflanzenheilkunde. Ihr Begründer ist der belgische Arzt Pol Henry (1918-1988). Gemma ist lateinisch und bedeutet Knospe. Die **Mittel der Gemmotherapie** werden aus Knospen von Bäumen, Sträuchern oder Kräutern gewonnen.

## ***Wie werden die Mittel hergestellt?***

Herstellung: Die Ernte erfolgt mit der Hand, entweder aus Wildsammlung oder biologischem Anbau. Geerntet werden die Knospen, wenn sie beginnen sich zu öffnen und das erste Grün deutlich sichtbar ist. Der Erntezeitpunkt ist extrem kurz. Geerntet wird bei schönem Wetter am besten gegen Mittag.

Die Knospen werden dann zerkleinert und in ein Gemisch aus Glycerol, Ethanol und Wasser eingelegt. Die Mischung wird bei max. 20 Grad im Dunkeln ausziehen lassen, sie wird tgl. geschüttelt bzw. gerührt und nach 3 Wo abgeseiht/abfiltriert.

Dr. Pol Henry entdeckte bei seinen Untersuchungen, wie er das meiste aus der Knospe an Inhaltsstoffen herauslösen und haltbar machen konnte, indem er nicht nur, wie in der Phytotherapie üblich, mit Alkohol einen Auszug bereitete, sondern aus einer ausgewogenen Mischung aus Alkohol, Wasser und Glycerin. Daraus resultieren die **Glycerolmazerate**. Außerdem untersuchte er die Wirkstoffprofile und die klinischen Effekte, die sich von der herkömmlichen Pflanzenheilkunde deutlich unterscheiden.

1956 fand die Herstellung der Glycerolmazerate der Gemmotherapie Einzug ins offizielle französische Arzneibuch. Anfangs durften die Arzneimittel nur in Frankreich, Belgien und der Schweiz hergestellt werden. Mit Aufnahme der Herstellervorschrift ins europäische Arzneibuch und der Zuordnung zum homöopathischen Herstellungsverfahren 2011 ist es inzwischen auch anderen europäischen Firmen erlaubt.

## ***Welche Inhaltsstoffe sind in den Knospen enthalten?***

Pflanzenknospen enthalten alle Informationen für das Wachstum, die Differenzierung und Entwicklung der Pflanzen. Die Knospen enthalten jedoch noch keine sekundären Pflanzenstoffe, da diese erst im weiteren Wachstum entstehen.

Was ist also drin?

Zum Beispiel Pflanzenhormone, Eiweißbaustoffe (Aminosäuren), Mineralien, Vitamine, Enzyme und Phytoöstrogene, die am Menschen eine östrogenartige Wirkung entfalten. Östrogen ist ein Hormon unsrers Körpers, das man bei Frauen und in geringen Mengen auch bei Männern findet. Phytoöstrogene können auf das Hormonsystem der Frau einwirken und auf das Herz-Kreislaufsystem, den Stoffwechsel, auf Gehirn/Nerven, Haut und Haare. Pflanzenhormone steuern den Stoffwechsel, Wachstum, Entwicklung der Form der Pflanzen und sind zum Zeitpunkt des Anschwellens der Knospe in der höchsten Konzentration enthalten. Die Pflanzenhormone sind auch die Stoffe, die für viele Wirkungen der Glycerolmazerate am Menschen verantwortlich sind. Sie wirken ausgleichend und regulierend.

## **Wie wirken die Glycerolmazerate?**

Das Gleichgewicht im Organismus bei Krankheit wird wieder hergestellt. Schadstoffe können mit ihrer Hilfe ausgeleitet werden und gestörte Funktionen wieder harmonisiert werden. Die Bluteiweiße als Bestandteile des Immunsystems werden verändert und somit die Körperabwehr stimuliert.

Bei akuten Erkrankungen unterstützen sie die Ausheilung, bei chron. Erkrankungen werden die Selbstheilungskräfte angeregt und der Heilungsprozeß soweit noch möglich unterstützt.

## **Die Darreichungsform**

Die Glycerolmazerate sind Mundsprays, d.h. die Inhaltsstoffe werden über die Mundschleimhaut aufgenommen. Daher sollte der Abstand zu Essen und Trinken 15 min betragen, damit die Aufnahme nicht beeinträchtigt wird. Es ist auch möglich das Mittel in die Ellenbeuge oder den inneren Unterarm zu sprühen, dann erfolgt die Aufnahme über die Haut.

Glycerolmazerate sind erhältlich als Nahrungsergänzungsmittel und Arzneimittel. Von Arzneimittel spricht man wenn die Herstellung nach den Herstellungsvorschriften des Europäischen Arzneimittelbuches erfolgt. Erkennbar an dem Zusatz Ph. Eu auf dem Etikett, die Herstellung danach erfüllt strenge Auflagen.

Die Glycerolmazerate sind in Apotheken, Versandapotheken und Reformhäusern erhältlich.

Es gibt auch Kombipräparate mehrerer Pflanzen, die sich in ihrer Wirkung unterstützen.

Die Mittel können bis auf Rosmarin (es können Krämpfe der Gebärmutter ausgelöst werden) in der Schwangerschaft angewandt werden.

Kinder können die Mittel auch einnehmen. Alternativ über die Haut oder aufsprühen auf den Schnuller.

Der Alkoholanteil einer Tagesdosis entspricht dem natürlich in Fruchtsäften vorkommenden Alkoholgehalt.

Therapiedauer:

Bei akuten Erkrankungen sollte eine Besserung nach einigen Tagen feststellbar sein. Bei chron. Erkrankungen sollte die Therapie einige Wochen oder sogar Monate dauern.

Nebenwirkungen sind nicht bekannt. Nur Enzympräparate sollten nicht mit den Glycerolmazeraten eingenommen werden.

## **Beispiele einiger Pflanzen**

### **Schwarze Johannisbeere-Ribes nigrum**

Das Akutmittel der Gemmotherapie schlechthin. Es wirkt antiallergisch, entzündungshemmend, abwehrstärkend, schmerzlindernd, aufbauend und stärkend. Hilft z.B. bei Allergien, Heuschnupfen, Schnupfen und akuten Entzündungen.

### Wacholder-Juniperus communis

wirkt entgiftend und ausleitend über Leber und Niere, ist harntreibend und verdauungsfördernd. Hilft bei chronischen Erkrankungen, Well-Aging-Mittel.

### Preiselbeere-Vaccinium vitis-idaea

ein Mittel für das reifere Alter, es wirkt vorzeitigem Altern entgegen, es eignet sich für Beschwerden in den Wechseljahren, bei chronischen Harnwegsinfekten und wirkt unter anderem auch regulierend auf den Magen-Darm-Trakt.

### Mammutbaum-Sequoia gigantea

hilft bei Erschöpfung und Energiemangel, es stärkt und entspannt, es stärkt die Knochen, Well-Aging-Mittel des Mannes, wirkt vitalisierend auf das männliche Hormonsystem.

### Feigenbaum-Ficus carica

hilft bei Unruhe, Angst, Schlafstörungen, Stress, Prüfungsangst, Erschöpfung.

### Brombeerstrauch-Rubus fruticosus

wirkt auf die Knochenbildung insbesondere bei älteren Menschen, wirkt regenerierend auf die Lunge bei chronischer Bronchitis und Asthma.

### Berkiefer-Pinus montana

hilft bei Gelenkschmerzen, Arthrose, Rheuma.

### Edelkastanie-Castanea sativa

wirkt entstauend und hilft so bei Krampfadern, schweren Beinen, Venenschwäche.

### Weißdorn-Crataegus

wirkt regulierend auf den Blutdruck, stärkt Herz und Kreislauf.