

Was ist eigentlich...?

Gemmotherapie

Die Gemmotherapie ist eine Form der Phytotherapie, die ausschließlich junge Pflanzenteile verwendet, welche im Begriff stehen, auszutreiben. Hierbei handelt es sich vornehmlich um Knospen, die auf Lateinisch „gemma“ genannt werden und der Therapierichtung den Namen gaben. Auch Triebspitzen, Sprossen, Kätzchen oder Wurzelspitzen können zur Herstellung von Auszügen verwendet werden.

Alte Tradition wiederentdeckt

Schon vor fast 2400 Jahren beschrieben chinesische und ayurvedische Quellen die Wirkung von Knospen. Auch Hildegard von Bingen nutzte sie. Die Gemmotherapie wurde allerdings erst in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts durch den belgischen Arzt Dr. Pol Henry gemeinsam mit dem französischen Homöopathen Dr. Max Tetau und anderen Therapeuten entwickelt. Seit 2011 wird sie im Europäischen Arzneibuch geführt und den homöopathischen Arzneimitteln zugeordnet.

Die treibende Kraft der Knospen

Kurz bevor sie ausschlagen befinden sich Knospen und Triebspitzen in einem Zustand aktiver Zellteilung und sind daher äußerst vital. Dies kann man im Frühjahr tagtäglich verfolgen, wenn man beobachtet, wie Knospen immer praller werden, bevor sie sich rapide öffnen.

In diesen wenigen Tagen im Jahr zeigt sich die enorme Energie des gerade aufkeimenden Lebens besonders eindrucksvoll. Sie beruht auf speziellen Wachstumsfaktoren und einem hohen Gehalt an Proteinen, die von der Pflanze vorübergehend nur für ihre teilungsaktiven Triebe bereitgestellt werden. Dies erklärt die Wirksamkeit der Auszüge aus den Knospen.

Zu den weiteren Inhaltsstoffen gehören, neben Oligosacchariden, Vitaminen und Mineralstoffen, für jede individuelle Pflanze typische Substanzen wie ätherische Öle, Bit-

terstoffe, Flavonoide, Gerbstoffe, Saponine oder sekundäre Pflanzenstoffe.

Herkömmliche Kräuter sucht man unter den Gemmoextrakten zum Teil vergeblich, da Kräuter keine Knospen bilden. Sie ziehen sich entweder im Winter zurück und treiben aus ihrer Wurzel im Frühjahr neu aus oder sie vermehren sich über ihre Samen. Dafür kann man unter den Knospenauszügen Heilpflanzen entdecken, die in der Phytotherapie sonst selten zum Einsatz kommen.

Gemmoextrakte reifen mit der Zeit

Für die Herstellung der Extrakte werden die frischen Pflanzenteile kurz bevor sie austreiben von Bäumen und Sträuchern gesammelt und anschließend mindestens drei Wochen in eine Mischung aus Wasser, Alkohol und Glycerin gegeben. So lassen sich die Inhaltsstoffe langsam aus der Pflanze extrahieren.

Man bezeichnet dieses Verfahren als Mazeration. Im Anschluss wird der Auszug gefiltert und von einigen Herstellern 1:10 verdünnt, um eine D1-Zubereitung zu gewinnen.

Knospenpower gegen viele Beschwerden

Das wohl bekannteste Gemmomazerat wird aus den Knospen der schwarzen Johannisbeere gewonnen. Es ist ein pflanzliches Antiallergikum, das bei Heuschnupfen

die Beschwerden oft unmittelbar lindert. Ebenso wirksam ist dieser Auszug bei den ersten Anzeichen einer Erkältung. Darüber hinaus wirkt er im Bewegungsapparat und im Magen-Darm-Trakt entzündungshemmend.

Viele Behandlungsoptionen: allein oder in Kombination

Dies ist nur ein Beispiel für die zahlreichen Anwendungsgebiete der verschiedenen Gemmoextrakte. Je nach Beschwerdebild kann es sinnvoll sein, zwei bis drei unterschiedliche Pflanzenauszüge zu kombinieren. Für einige Einsatzgebiete werden daher spezielle Komplexmittel hergestellt.

Gemmopräparate können andere Behandlungsstile effektiv ergänzen. So kann eine Kombination mit Kräutertees ebenso erfolgversprechend sein wie eine mit spagyrischen oder homöopathischen Mitteln. Auch die Begleitung einer schulmedizinischen Behandlung ist in der Regel möglich. Diesbezüglich sollte man sich ebenso wie in der Schwangerschaft, Stillzeit oder zur Anwendung bei Kindern in der Apotheke gezielt beraten lassen. (sr)