

4 FACHLEUTE – 4 BEHANDLUNGSSTRATEGIEN

Hypermenorrhö

1

**HP HELGA ELL-BEISER**

Herrenstr. 12

77948 Friesenheim

E-Mail: naturheilpraxis@ell-beiser.de

Drei Säulen der phytotherapeutischen Behandlung

Meist liegt Hypermenorrhö ein hormonelles Ungleichgewicht im Sinne von Östrogendominanz bzw. Progesteronmangel zugrunde. Die phytotherapeutische Therapie beruht hierbei auf drei Säulen:

1. Pflanzen mit progesteronähnlicher Wirkung: Mönchspfeffer (Frucht), Frauenmantel (Kraut) und Yamswurzel (Wurzelstock). Sie werden über einen Zeitraum von 3–6 Menstruationszyklen jeweils in der zweiten Zyklushälfte verabreicht.
2. Blutstillende Pflanzen (Phyto-Hämostyptika): Hirtentäschel (Kraut), Schafgarbe (Blüte, Kraut) und Blutwurz (Wurzelstock). Sie werden bereits 3–5 Tage vor der zu erwartenden starken Blutung und während der Blutung eingenommen.
3. Blutbildende Pflanzen, um einer Anämie vorzubeugen: eisenhaltige Pflanzen wie Brennnessel (Blatt, Kraut). Bitterstoffe regen zusätzlich die Bildung der roten Blutkörperchen an und verbessern die Eisenaufnahme, z. B. Gelber Enzian (Wurzel), und Schafgarbe (Kraut, Blüte). Auch Vitamin-C-haltige Früchte fördern die Eisenresorption.

Teerezept

Rp. Hirtentäschelkraut 50, Schafgarbenblüten 15, Frauenmantelkraut 15, Brennnesselblätter 20. M. f. spec. D.S.: 2 TL mit 1 Tasse heißem Wasser übergießen, 7–10 min bedeckt ziehen lassen und abseihen. Tgl. 3 Tassen zwischen den Mahlzeiten einnehmen, ab 3–5 Tage vor und während der Menses.

Fertigarzneimittel (Auswahl)

Blutwurz: Tormentilla comp. Globuli (mit Blutwurz D2, Fa. Wala)

Frauenmantel: Alchemilla Urtinktur (Fa. Ceres)

Hirtentäschel: Styptysat® plus Dragees (mit Hirtentäschel, Vitamin K, Fa. Ysatfabrik), Bursa pastoris Urtinktur (Fa. Ceres)

Mönchspfeffer: Femicur® N Kapseln (Fa. Schaper & Brümmer)

Schafgarbe: Millefolium Urtinktur (Fa. Ceres)

Yamswurzel: Yamscreme (in spezialisierten Apotheken) ●