

Die Wirkung von **Bitterstoffen**-Kurzreferat vom 18.6.22

BS haben lange Tradition in ayurvedische Medizin/TCM/Paracelsus Elixier ad longam vitam (bestehend überwiegend aus Bitterstoffen)

Eine wichtige Substanzklasse zur Unterstützung des Nahrungsabbaus stellen die Bitterstoffe dar. Nimmt man über die Geschmacksknospen auf der Zunge einen Bitterstoff wahr, so werden sofort die Speicheldrüsen aktiv.

Weiterhin fördern die Bitterstoffe reflektorisch die Motilität und Sekretion von Magen, Duodenum, Pankreas und Gallenwegen.

Die anthroposophische Therapierichtung spricht davon, dass Bitterstoffe wieder ein „Bewusstsein“ für die sensiblen Verdauungsprozesse in die Verdauungstätigkeit bringen.

Unterstützung der abbauenden Tätigkeiten

BS verstärken die Wirksamkeit der **oberen** Wesensglieder in Stoffwechselsystem

AL ist bei **unvollständigem Nahrungsabbau nicht zentripetal aktiv** um Abbauprozesse zu unterstützen, sondern zu sehr **zentrifugal** (Richtung Außenwelt)(heutige moderne Lebensweise unterstützt das)

Der Geschmack des Bitteren bringt den Organismus sofort zurück zu sich selbst

Bis in die stoffliche Wirkung hinein kann man diese Geste nachvollziehen

Steiner: das Ätherische wird durch BS geneigt gemacht, das Astralische aufzunehmen

1.) Einsatz bei Appetitlosigkeit und funktioneller Dyspepsie/Meteorismus

Stärkung des Eingreifens des AL

Amara Tropfen (Wermut, Tausendgüldenkrout, Wegwarte, Meisterwurz, Schafgabenkrout, gelber Enzianwurzel, Wachholderzweigspitzen, Salbeiblätter, Löwenzahnwurzel und Löwenzahnkrout)

Bitter Elixier Wala (-alkoholfrei) Enzianwurzeln, Wermutkrout, Ingwerwurzeln Kalmuswurzeln, schwarze Pfefferfrüchte

Gentiana Magen Globuli Wala (+Nux vomica bei Übelkeit) - auch Einsatz in Pädiatrie

- Gentiana lutea e radice,
 - Strychnos nux-vomica
- Artemisia absinthium ex herba
- • Taraxacum officinale e planta tota

2.) **Geriatric** als Wachmacher: Stärkung des ÄL setzt Denkkräfte frei

3.) **Neurodermitis:**

Innerlich zur Unterstützung der Abbautätigkeiten (Proteindenaturation usw.)

Äußerlich Haut besitzt Bitterstoffrezeptoren, 2015 erstmals nachgewiesen Uni Freiburg:

Amarogentin (gelber Enzian und Salicin aus Weidenrinde binden an BS Rezeptoren der Haut: Kalzium-einstrom wird gemindert. Juckreizminderung und

Bildung von Schutzproteinen: wichtige Rolle beim Aufbau der Hautbarriere

Bitterstoffe und Süßholzwurzelextrakt dermal wirken entzündungshemmend (Publikation wird vorbereitet)

4.) innerlich: Sog. Leberdermatosen Akne und Rosazea: Löwenzahn, Anagallis comp. (Wegwarte (Cichorium), Ackgauchheil und Mariendistel), und andere Bitterstoffe

5.) Lokale Bitterstoffe wirken auch immunmodulierend beim Zusammenspiel der Mastzellen und Keratinozyten: Antihistaminika wie zum Beispiel Azelastin

EXKURS 6.) Wenn AL zu stark in den Verdauungsprozess eingreift:

Starkes Bewusstseins erleben am falschen Ort: Schmerzen/Krämpfe + Hyperazidität des Magens/Reflux/Ulcera

-Robinia comp. (Alkaloidhaltiger Baum)

Nicotiana comp. (bei Krämpfen im Vordergrund) alkaloidhaltiger Tabak)

Plus Kamille: krampflösend

7.) bei Asthma bronchiale:

R. Steiner: es tritt beim Asthmatiker eine Appetitlosigkeit des ganzen Organismus ein

Die Verbindung zwischen ÄL & AL ist unterbrochen, d.h. es, appetitlos zu sein

2010 Entdeckung der Bitterstoffrezeptoren in der Lunge

In den letzten Jahren wurden Bitterstoffrezeptoren außer in den Verdauungsorganen in nahezu allen extraintestinalen Organen nachgewiesen: 2012 Bitterstoff-Inhalation Gentiana lutea D1 wirksam bei COPD Patienten mit reversible Obstruktion Fallstudie 20 Patienten

An isolierten Rezeptorzellen zeigte Saccharin-Inhalation einen dreimal stärkeren betamimetischen Effekt als Beta-Rezeptor-Agonisten

R. Steiner Therapieempfehlungen:

Gerbstoffe morgens (Regen AL an auf den ÄL zu wirken)

Bitterstoffe abends (regt ÄL an, AL aufzunehmen)

Beispiele für Bitterstoffe, die intestinal regulierend wirken:

Gentiana lutea: reichlich Bitterstoffglycoside: höchsten Bitterwert der heimischen Bitterstoffdrogen: Sekretions- u. Motilitätssteigerung

Iberis amara (bittere Schleifenblume)

Cichorium (Wegwarte) greift dynamisch in die Gallenorganisation ein, die zu Steinen neigt Bezug zur ICH- Organisation (Galle entsteht aus Blut-individuelle Substanz)

Chelidonium majus (Schöllkraut) zu den Mohngewächsen gehörend
Einsatz: Wenn AL zu stark eingreift: zum Beispiel Schmerzen rechter Oberbauch-entspannt- Bewegt und stärkt AL

Absinth (Wermut) auch als Absinthium Resina laricis (Wermut mit Lärchenharz) bei allergischen Atemwegserkrankungen (bronchodilatatorisch)

Taraxacum (Löwenzahn) enorme Vitalität, kann eine zu mineralisch Totem geneigte Gallenflüssigkeit beleben: stärkt Ätherisches)

Achillea millefolium (Schafgarbe) - rhythmisch gegliedertes Blatt-Signatur wie der Darm-regt Formungsprozesse an, stillt Blutungen. Harmonisiert Rhythmen.

- bei MS als Kps. Mit Schafgarbenextrakt Eingesetzt (wie 2 Tassen Tee/Tag)
- > 70% schubfrei in Verumgruppe (50% Placebo)
- > Läsionslast im Gehirn nahm ab (Verbesserung der Frontalhirnfunktion und Gedächtnisleistung, weniger Depressivität)
- >Stärkung des ÄL wirkt sklerosierenden Prozessen des NSS entgegen

Birgit Lacher, Bochum

Quellen:

- Merkurstab 1/18 (13-33) Michael Kohlhase et al. Jedes Organ hat sein bestimmtes, spezifisches Geschmackserlebnis – Bitterstoffe im Licht der Anthroposophie und der neuesten Forschung
- Heilpflanzen, Markus Sommer, Aethera Verlag, 4. vollständig überarbeitete und erweiterte Auflage 2022
- Matthias Girke: Innere Medizin, Salumed Verlag