

Vitalsee 06.10.2025 Webinar Phytotherapie und Komplementärmedizin

1. Karde: Die Anwendung der Hyperthermie zur Behandlung von Borreliose

- Extreme Hyperthermie (über 62 Grad Celsius) ist gefährlich und nicht notwendig. Ein Fall in Wien, bei dem ein Manager fast gestorben wäre und eine Lebertransplantation benötigte, weil bei dieser Temperatur die Eiweiße denaturieren und Organe wie Leber und Nieren schädigen.
- Die chronische Borreliose versteckt sich in einer Art "Schleimkopf" im Bindegewebe. Das Ziel der Hyperthermie ist es, diesen Schleimkopf aufzubrechen und die Borrelien zu demaskieren.
- Zur eigentlichen Behandlung der Borrelien sind Karde und Artemisia ausreichend.
- Alternativ zur Hyperthermie können Selen und Spirulina eingesetzt werden, um diesen "Schleimkopf" aufzubrechen.

Die Anwendung der Karde bei verschiedenen Gesundheitsproblemen

- *Helicobacter pylori*: Eine Kombination aus Karde und *Curcuma longa* ist sehr wirksam, sodass der Keim im Atem- oder Stuhltest nicht mehr nachweisbar ist.
- Akne (*Acne inversa*, *Acne vulgaris*): Karde wirkt wunderbar, sollte aber mindestens zwei Monate eingenommen werden. Sie kann gut mit Schwarzkümmelöl und Haut Haare Nägel kombiniert werden, um die Abheilung zu unterstützen.
- Gastritis: Karde kann gut mit grüner Heilerde (Lehm) kombiniert werden.
- Dosierung: Die normale Dosierung ist dreimal täglich eine Einheit und wird sehr gut vertragen.

2. Die Eigenschaften und Anwendungen der Maca-Pflanze

- Allgemeines: Maca ist eine Kressen-Gattung aus den Anden (wächst auf 2.500-4.500 m Höhe), reich an Vitaminen, Spurenelementen und sekundären Pflanzenstoffen. Es ist ein Stärkungsmittel und wird als "natürliches Multivitamin-Mineral-Mischung" mit hoher Bioverfügbarkeit bezeichnet.
- Stärkung und Regeneration: Wird von Leistungssportlern zur Regeneration und als natürlicher Testosteron-Booster eingesetzt, da es alle Drüsen (Schilddrüse, Nebennieren, Gonaden) stärkt. Eine Kombination mit *Butea superba* ist eine super Möglichkeit.

- Kinderwunsch: Verbessert die Spermienqualität.
- Schilddrüsenfunktionsstörungen: Kann sowohl bei Unter- als auch bei Überfunktion eingesetzt werden.
- Nebenniereninsuffizienz und Burnout: Hilft bei "Schlaffniere", die bei Burnout auftritt. Burnout hat eine psychologische, eine vegetative und eine endokrinologische (hormonelle) Säule. Maca hilft der Nebenniere, Stresshormone (Adrenalin, Noradrenalin, Cortisol, Cortison) zu produzieren und verbessert die Stressresilienz.
- Weitere Wirkungen: Unterstützt das hormonelle Gleichgewicht, erhöht Energie und Ausdauer, reguliert die Schilddrüsenfunktion, unterstützt die sexuelle Funktion und stabilisiert den Kreislauf.
- Dosierung: Dreimal täglich eine Kapsel.

Dr. Wolfgang Bittner: Warum wird Maca oft von Urologen verwendet?

Dr. Josef Hutter:

1. Bei Prostatahypertrophie, da es die Drüsen stärkt und eine funktionstüchtige Prostata fördert.
2. Urologen sind auch Andrologen (zuständig für männliche Sexualhormone). Maca stimuliert die Hoden zur vermehrten Produktion von Testosteron, ohne selbst eine Hormonersatztherapie zu sein.

Anwendung von Maca als Basismittel in der Therapie

- Maca wird als Basismittel zu Beginn einer Therapie genutzt, besonders bei erschöpften Patienten, um ein Mindestmaß an Substanz aufzubauen.
- Nach der Signaturenlehre, die besagt, dass die Eigenschaften einer Pflanze in der Natur auf ihre Anwendung am Menschen übertragen werden, steht Maca für Verwurzelung und Erdung. Sie wächst in kargem Boden in großen Höhen und bildet ein Nährstoffkonzentrat.
- Es eignet sich gut für 'luftige', hochsensible Persönlichkeiten, um Erdung zu schaffen und einen besseren Überblick zu geben.
- Für Kinder wird die Dosierung gewichtsadaptiert: Bei einem 70-Kilo-Kind 3 Stück am Tag, bei 100 Kilo 4 Stück, bei 35 Kilo 2 Stück und bei 20 Kilo 1 Stück am Tag. Die Kapseln können geöffnet werden.

3. Eigenschaften und Anwendung der Maqui-Berry (chilenische Weinbeere)

- Die Maqui-Berry hat einen sehr hohen ORAC-Wert, also ein hohes antioxidatives Potential.
- Sie hat eine thermogene Wirkung und erhöht die Körperkerntemperatur um knapp 0,7 Grad, was den Stoffwechsel anregt. Daher wird sie als Abnehmhilfe eingesetzt.
- Sie ist wirksam bei Schilddrüsenunterfunktion und bei phlegmatischen, antriebslosen Menschen.
- Besonders empfohlen wird sie für junge Mädchen, denen im Herbst/Winter ständig kalt ist.

- Kontraindikation: In den Wechseljahren sollte sie nicht gegeben werden, da sie die Wechselbeschwerden und Wallungen verschlechtern kann. Bei Wallungen durch die Einnahme kann die Dosis einfach reduziert werden.
- Sie wird auch als natürliches Anti-Aging-Mittel bezeichnet, da sie die Faltenbildung reduziert und bei der Entgiftung hilft.
- Dosierung: Eine bis drei Stück am Tag, je nach Bedürfnis.

4. Spezifische Wirksamkeit der Montmorency-Kirsche

- Sie wird bei erhöhter Harnsäure eingesetzt, um Gichtanfälle zu reduzieren, indem sie die Auskristallisierung der Harnsäure verlangsamt.
- Sie senkt die Harnsäure nicht signifikant, wirkt aber stark entzündungshemmend und ist bei chronischer Gicht wirksam.
- Eine gute Kombination ist die mit Brennnessel, die harnsäuresenkend wirkt.
- Sie ist regenerationsfördernd.
- Dosierung: Zwei Stück am Tag reichen normalerweise aus.

5. Anwendung und Dosierung von Mönchspfeffer

- Mönchspfeffer wird bei hormonellen Übergängen eingesetzt: bei den ersten Regelblutungen, nach dem Absetzen der Pille, nach dem Abstillen oder in den Wechseljahren, um den Zyklus zu regulieren.
- Bei Männern unterdrückt er die Libido. Ein Fallbeispiel war ein Patient mit Entwicklungsstörung, der dadurch im öffentlichen Raum nicht mehr onanierte.
- Bei Frauen wirkt er gegenteilig und kann die Libido anstoßen und fördern.
- Er harmonisiert den Hormonhaushalt, hilft bei PMS und Spannungsgefühlen in der Brust.
- Bei Kinderwunsch hilft er, einen unregelmäßigen Menstruationszyklus zu stabilisieren.
- Er ist sehr gut verträglich. Die Startdosierung ist oft eine Kapsel morgens und eine abends. Eine höhere Dosierung ist möglich. Die Einnahme kann durchgehend erfolgen, ohne auf den Zykluszeitpunkt zu achten.

6. Anwendung von Morinda citrifolia

- Die perfekte Patientin für Morinda citrifolia ist eine junge Frau nach der Geburt, die stillt, erschöpft, müde und nervlich gereizt ist.
- Es ist ein Vitaltonikum nach Krankheit, bei Stress, Erschöpfung und Schlafmangel. Es baut auf und stärkt.
- Es wirkt stimmungsaufhellend und hilft bei Depressionen, Stimmungsschwankungen, Anspannung und leichten Panikattacken.
- Es hat einen zentralen schmerzlindernden Effekt, speziell bei Kopf- und Rückenschmerzen.
- Dosierung: Dreimal täglich eine Kapsel.

Hinweis auf das Wissensportal und die App – Dr. Wolfgang Bittner

- Zusammenfassungen der letzten zwei Webinare stehen als PDF-Download zur Verfügung.
- Diese 'Seminarnachlese' findet man in der App ganz unten oder auf der Website im Wissensportal nach dem Login.
- Das Portal enthält auch Foren für Erfahrungsberichte und Anfragen.
- Die App Vitalsee ist nur für Partner und nicht für Endkunden gedacht und muss nach dem Download freigeschaltet werden.

Patientenfallbespiele:

Verträgt sich die Einnahme von Sertralin (Certalin/Cerpranin) und Tryptophan (Triponia/Tivonie), insbesondere wenn beides hoch dosiert ist? Eine Patientin setzt Sertralin ab und möchte auf Tryptophan umsteigen.

- Die Kombination von hochdosiertem Sertralin (ein Serotonin-Wiederaufnahmehemmer) und Tryptophan (eine Vorstufe von Serotonin) kann zu einem gefährlichen Serotonin-Syndrom führen, da die Serotonin-Konzentration zu stark ansteigt.
- Vorgehen beim Absetzen: Sertralin schrittweise alle sechs Wochen um 50 mg reduzieren, bis man bei 50 mg ankommt. Die langen Intervalle sind wegen der Nachschwankung des Medikaments nötig.

- Ab einer Dosis von 50 mg Sertralin kann man zwei Stück Tryptophan (Tivonie) dazugeben.
- Anschließend wird Sertralin auf 25 mg reduziert. Zwei Stück Tryptophan können maximal 25 mg Sertralin ersetzen.
- Wenn nach sechs Wochen kein Rückfall auftritt, kann Sertralin ganz abgesetzt und Tryptophan auf 'zwei in der Früh, zwei am Abend' erhöht werden. Mögliche Nebenwirkungen sind Durchfall oder Blähungen.
- Im konkreten Fall hatte die Patientin Sertralin bereits vor sechs Wochen abgesetzt. Da es aufgrund eines Schicksalsschlags und nicht wegen chronischer Depressionen verschrieben wurde, ist Tryptophan eine mögliche Alternative.
- Bei schubweisen Depressionen (bipolare Störung) kann Tryptophan als Intervallprophylaxe dienen. Wenn jedoch 50 mg Sertralin zur Stabilisierung nötig sind, ist Tryptophan nicht ausreichend, da 3 Stück (200 mg) maximal 25 mg Sertralin ersetzen können.

Eine Patientin (Jahrgang 1978) leidet seit 2010 unter Bauchschmerzen, bleibender Müdigkeit, Kopfschmerzen, Verstopfung, ständig laufender Nase, Kopfschwitzen und diversen Intoleranzen. Ein Test ergab eine schwere Belastung mit dem Darmpilz *Candida albicans*.

- Behandlungsplan: 1. Myrrhe zur Bekämpfung des Pilzes (3x täglich eine für 6-8 Wochen, dann eine pro Tag für 3 Monate zur Prophylaxe). 2. Weißer Lehm (von Argiletz) zur Bindung von Giftstoffen, die durch das Absterben des Pilzes freigesetzt werden (über den Tag verteilt in Wasser trinken).

3. Ein Probiotikum (Vitabiotica), um die Darmflora zu stärken (einen morgens, einen abends).
 4. Curcuma longa zur Entzündungshemmung und zum Aufbau der Schleimhaut (eine morgens, eine abends).
 5. Ein Lebermittel (Thunbergia laurifolia) gegen die Müdigkeit (eine morgens, eine abends).
- Ergebnis nach zwei Monaten: Allgemeinzustand sehr gut, Bauchschmerzen von Skala 10 auf 1 gesunken (trotz Glutenkonsum), keine Müdigkeit oder Kopfschmerzen mehr, laufende Nase viel seltener. Innerhalb von vier Monaten war die Patientin nach 15 Jahren Leidensweg beschwerdefrei.

Eine Patientin (Jahrgang 1965) leidet unter Unwohlsein im Magen, Herzrasen, niedrigem Blutdruck (Puls 135), Schwitzen, Dauerschmerz im Körper und einem positiven Befund für Lichen Planus und 'Tap 3D, Tap im Bauch'.

- Initiale Therapie: L-Lysin (gegen Viruslast), eine Karde (gegen Oberbauchbeschwerden), ein Mittel gegen Übersäuerung (gegen Ganzkörperschmerz) und Weißdorn (gegen niedrigen Blutdruck).
- Erste Ergebnisse: Müdigkeit weg, Abstrich verbessert, Muskelschmerzen erst extrem, dann besser, Blutdruck normalisiert. Verstopfung blieb sehr belastend.
- Angepasste Therapie: Aloe Ferox (1 morgens), Magnesium (2 abends), Karde (1 morgens, 1 abends) und Thunbergia laurifolia (1 abends).
- Ergebnis drei Monate später: 'Wie ein Wunder'. Müdigkeit besser, Stuhlgang häufiger, fühlt wieder Freude, keine Bauchschmerzen oder Herzrasen, Blutdruck stabil.

Was kann man einem 26-jährigen Patienten mit vielen Allergien sowie Laktose- und Fruktoseintoleranz raten?

- Bei multiplen Intoleranzen liegt oft eine relative Intoleranz (vorübergehender Enzymmangel) vor. Es ist wichtig, die Verdauungssäfte (Bauchspeicheldrüse, Galle, Magensäure) zu stimulieren. Dafür eignen sich z.B. *Thunbergia laurifolia* (fördert Gallenfluss), Zink (aktiviert Stoffwechsel) und Karde (gleicht Magensäfte aus).
- Bei Allergien gibt es zwei Ansätze: Die Naturheilkunde therapiert über den Darm (Sitz des Immunsystems). Die Traditionelle Chinesische Medizin behandelt über die Leber, da eine Allergie als 'Lebersignal' gilt. Deshalb wirkt auch *Curcuma longa* antiallergisch.
- Man sollte primäre Allergene (Laktose, Fruktose) von sekundären (z.B. Hausstaub, Pollen) unterscheiden.
- Bei Pollenallergien gibt es gute Ergebnisse mit Bienenstockluft-Therapie.

Ab welcher EBV-Titer-Höhe sollte eine Behandlung bei einer reaktiven EBV-Infektion begonnen werden?

- Eine Behandlung sollte begonnen werden, sobald Symptome vorhanden sind, unabhängig von der Höhe des Titers. Ein positiver Titer plus Symptome ist der Auslöser für die Behandlung. Als Behandlung wird *Murdannia loriformis* morgens und abends empfohlen.