

Vorschlag für Positiv-Liste von Arzneipflanzen während der Schwangerschaft und Stillzeit

Indikation/Pflanzenname	Zubereitungsform	Spez. Hinweise	Bemerkungen
Erbrechen			
Brombeerblätter <i>Rubus fruticosus</i>	Tee		
Fenchelfrüchte <i>Foeniculum vulgare</i>	Tee		
Kamillenblüten <i>Matricaria recutita</i>	Tee		
Melissenblätter <i>Melissa officinalis</i>	Tee		
Pfefferminzblätter <i>Mentha x piperita</i>	Tee	fördert Reflux, daher nur kurzfristig	
Iberogast®	alkohol. Fertigpräparat	Kurzfristig, Achtung: Alkoholgehalt	
Sodbrennen			
Anisfrüchte <i>Pimpinella anisum</i>	Tee (wässriger Extrakt)		
Eibischblätter/-wurzel <i>Althaea officinalis</i>	Tee (Kaltwasserauszug!)	Zur lokalen Reizlinderung	
Fenchelfrüchte <i>Foeniculum vulgare</i>	Tee		
Kamillenblüten <i>Matricaria recutita</i>	Tee		
Obstipation			
Flohsamenschalen <i>Plantago psyllium = Plantago afra</i>	In Wasser gequollen	Für chron. Anwendung geeignet	
Indische Flohsamen/-schalen <i>Plantago ovata = Plantago ispaghula</i>	In Wasser gequollen	Für chron. Anwendung geeignet	
Leinsamen <i>Linum usitatissimum</i>	Ganz oder gemahlen in Joghurt o.ä.	Für chron. Anwendung geeignet	
Sterculia Gummi/ Indischer Tragant <i>Sterculia urens</i>	In Wasser gequollen	Für chron. Anwendung geeignet	
Unterstützung von Leber und Galle			
Löwenzahnblätter <i>Taraxacum officinale</i>	Tee		
Schafgarbenkraut <i>Achillea millefolium</i>	Tee		
Eisenmangel			
Brennesselkraut <i>Urtica dioica/urens</i>	Tee	verbessert Eisenaufnahme	
Löwenzahnblätter <i>Taraxacum officinale</i>	Tee	verbessert Eisenaufnahme	
Floradix® Strath®	Fertigpräparat		
Schlafstörungen			
Herzgespannkraut <i>Leonurus cardiaca</i>	Tee		
Johanniskraut <i>Hypericum perforatum</i>	Tee, Tinktur oder Fertigpräparat		
Lavendelblüten <i>Lavandula angustifolia</i>	äth. Öl (äusserl.)	als Aroma- therapeutikum	
Melissenblätter <i>Melissa officinalis</i>	Tee oder Tinktur		
Orangenblüten <i>Citrus aurantium</i>	Tee		

SAPP Jahrestagung 4.12.08

Passionsblumenkraut <i>Passiflora incarnata</i>	Tee oder Tinktur	enthält Cumarine	
Pruritus/SS-Streifen			
Nachtkernensamen <i>Oenothera biennis</i>	Äusserlich als Öl		
Ringelblumenblüten <i>Calendula officinalis</i>	Äusserlich als Öl		
Zaubernusszweige <i>Hamamelis virginiana</i>	Destillat oder Extrakt äusserl. als Creme		
Zitronenschalen <i>Citrus limon</i>	Äther. Öl äusserl. in Creme	max. Konz. 5%	
Mittel bei Hämorrhoiden/ Krampfadern			
Eichenrinde <i>Quercus rubor</i>	Extrakt äusserl. als Sitzbad		
Ringelblumenblüten <i>Calendula officinalis</i>	Extrakt oder äth. Öl äusserl. als Creme		
Roskastaniensamen <i>Aesculus hippocastanum</i>	Extrakt äusserl. als Spray, Creme, Gel		Innerlich ist Unbedenklichkeit unklar
Rotes Weinlaub <i>Vitis vinifera</i>	Extrakt äusserl. als Spray, Creme, Gel		
Zaubernusszweige <i>Hamamelis virginiana</i>	Destillat oder Extrakt äusserl. als Sitzbad		
Hametum® Supp.	Fertigpräparat aus Hamamelis- und Ross- kastanienextrakt		
Mittel bei Ödemen			
Birkenblätter <i>Betula pendula</i>	Tee		
Brennesselkraut <i>Urtica dioica/urens</i>	Tee	Kann auch zu wassertreibend sein	
Zinnkraut <i>Equisetum arvense</i>	Tee	Kann auch zu wassertreibend sein	
Vorbeugung von Vaginal- infekten			
Preiselbeere <i>Vaccinium vitis-idaeus</i>	Saft oder getrocknet als Fertigpräparat	Vergleichbar mit Cranberry	
Lavendelblüten <i>Lavandula officinalis</i>	äth. Öl als Vaginalovulum oder mit Öl verdünnt direkt vaginal		
Mittel zur Geburtsvorbereitung			
Frauenmantelkraut <i>Alchemilla vulgaris</i>	Tee (über längere Zeit: in Kombination)		
Himbeerblätter <i>Rubus idaeus</i>	Tee (über längere Zeit: in Kombination)		
Mittel bei Uterusblutungen			
Frauenmantelkraut <i>Alchemilla vulgaris</i>	Tee (über längere Zeit: in Kombination)		
Hirtentäschelkraut <i>Capsella bursa-pastoris</i>	Tee oder Tinktur		
Schafgarbenkraut <i>Achillea millefolium</i>	Tee oder Tinktur		
Mittel bei vorzeitigen Wehen			
Herzgespannkraut <i>Leonurus cardiaca</i>	Tee		
Melissenblätter <i>Melissa officinalis</i>	Tee		
Schneeballrinde <i>Viburnum prunifolium</i>	Tee		
Löwenzahnblätter <i>Taraxacum officinale</i>	Tee		
Brutblatt <i>Bryophyllum pinnatum</i>	Presssaft als Fertigpräparat: Tabl., Inj., Dil.		

SAPP Jahrestagung 4.12.08

Mittel zur Dammvorbereitung			
Heublumen <i>Graminis flos</i>	Wässriger Auszug als Dampfsitzbad		
Lavendelblüten <i>Lavandula angustifolia</i>	äth. Öl (äusserl.)	in fettem Öl zu 1%	
Palmarosa <i>Cymbopogon martinii</i>	äth. Öl (äusserl.)	in fettem Öl zu 1%	
Mittel zur Wehenanregung			
Beifusskraut <i>Artemisia vulgaris</i>	Tee	Nicht in der Schwangerschaft	
Eisenkraut <i>Verbena officinalis</i>	Tee	Nicht in der Schwangerschaft	
Mutterkraut <i>Tanacetum parthenium</i>	Tee	Nicht in der Schwangerschaft	
Mittel zur Gebärmutter- rückbildung			
Gänseblümchenkraut <i>Bellis perennis</i>	Tee oder Tinktur		
Schafgarbenkraut <i>Achillea millefolium</i>	Tee oder Tinktur		
Frauenmantelkraut <i>Alchemilla vulgaris</i>	Tee		
Himbeerblätter <i>Rubus idaeus</i>	Tee		
Mittel zur Blutstillung nach der Geburt			
Brennesselkraut <i>Urtica dioica/urens</i>	Tee oder Tinktur		
Hirtentäschelkraut <i>Capsella bursa-pastoris</i>	Tee oder Tinktur		
Schafgarbenkraut <i>Achillea millefolium</i>	Tee oder Tinktur		
Mittel zur Förderung des Milchflusses			
Anisfrüchte <i>Pimpinella anisum</i>	Tee (wässriger Extrakt)		
Brennesselkraut <i>Urtica dioica/urens</i>	Tee		
Fenchelfrüchte <i>Foeniculum vulgare</i>	Tee		
Eisenkraut <i>Verbena officinalis</i>	Tee	Nicht in der Schwangerschaft	
Geissrautenkraut <i>Galega officinalis</i>	Tee		
Melissenblätter <i>Melissa officinalis</i>	Tee oder Tinktur		
Mittel zur Verminderung des Milchflusses			
Kermesbeerenwurzel <i>Phytolacca americana</i>	Urtinktur		
Mönchspfefferfrüchte (<i>Vitex agnus-castus</i>)	Fertigpräparat	Übertritt in Muttermilch unbedeutend	
Pfefferminzblätter <i>Mentha x piperita</i>	Tee	Fördert Reflux	
Salbeiblätter (<i>Salvia officinalis/S. triloba</i>)	Tee	Nicht in der Schwangerschaft	
Mittel bei Milchstau			
Lavendelblüten <i>Lavandula officinalis</i>	äth. Öl äusserlich auf Brust		
Rosenblüten <i>Rosa damascena</i>	äth. Öl äusserlich auf Brust		
Kermesbeerenwurzel <i>Phytolacca americana</i>	Urtinktur oder niedrige homöopath. Potenz		

