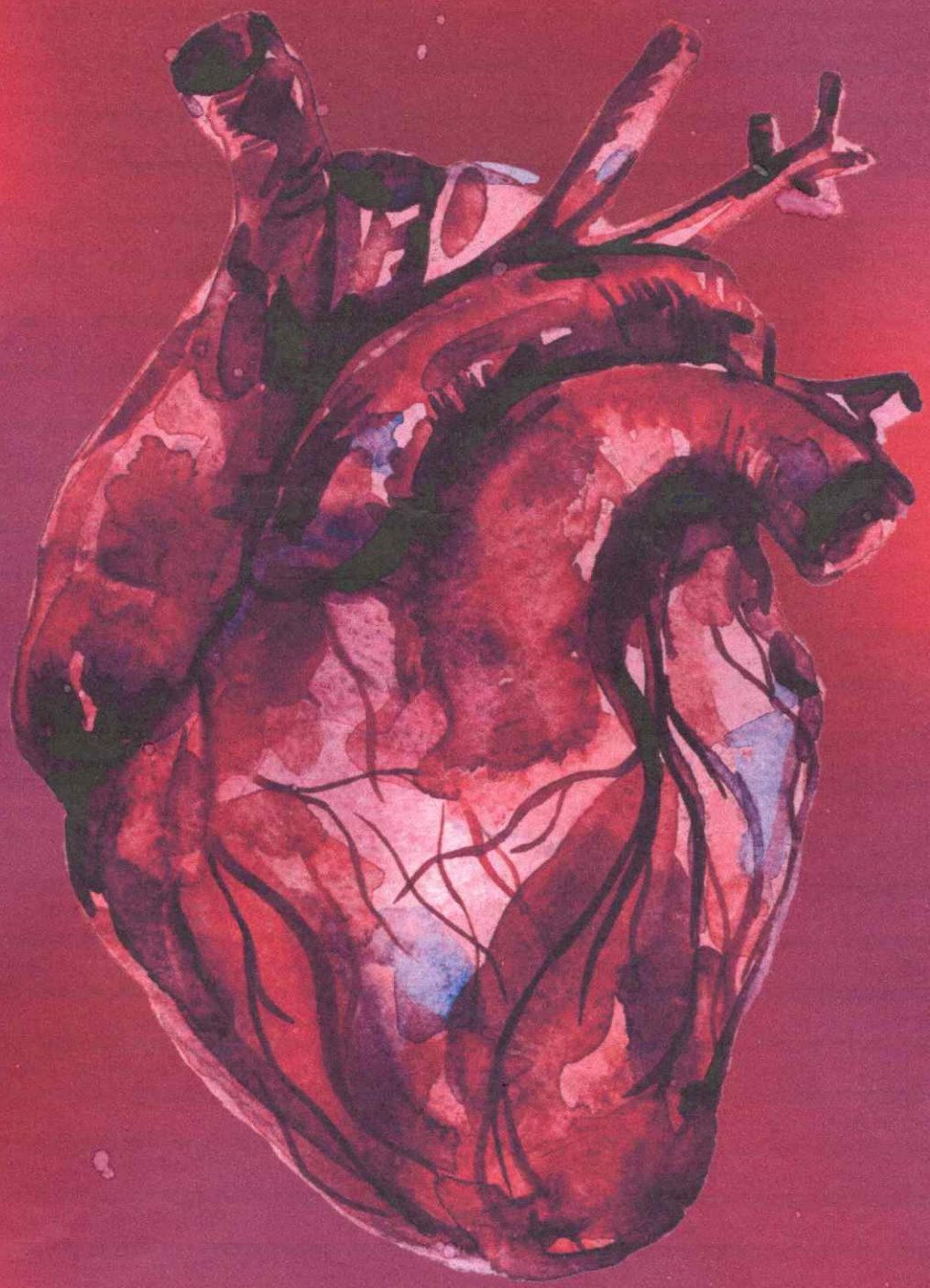
raum & zeit

Strophanthin

Für ein neues Verständnis von evidenzbasierter Medikation



© VanderWolf - Schmidbauer N / Adobe Stock

Herz-Kreislauf-Erkrankungen gehören zu den häufigsten Zivilisationskrankheiten und Todesursachen in der postindustriellen Welt. Die herausragende Bedeutung des Herzens ist daran ersichtlich, dass es eines der ersten Organe ist, welches sich bei einem ungeborenen Kind im Mutterleib bildet. Das Herz ist somit eine wichtige Brücke zwischen Körper und Psyche. Innovative Forschungsansätze der Neurokardiologie unterstreichen die Bedeutung des Herzens als endokrines System, das selbst Hormone regulieren und produzieren kann. Die afrikanische Strophanthus-Pflanze stellt einen weiteren neuen Weg in der ganzheitlichen Herzmedizin dar. Die Autorin Bettina Böhm forscht seit über zehn Jahren an der Schnittstelle von Psychologie und Medizin und stellt anhand von Praxisbeispielen die Einsatzmöglichkeiten von Strophanthin vor.

Von Dipl. Psych. Bettina Böhm, Gelnhausen-Meerholz

Die Wirksamkeit von Strophanthin bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen ist bereits seit Jahrzehnten bekannt. Strophanthin ist eine Substanz, die aus einer afrikanischen Liane isoliert wird. Der Stoff war in intravenös verabreichter Form bis circa 1960 als Heilmittel anerkannt und sogar führend in der deutschen Herzmedizin. Zur Therapie akuter Herzschwäche galt dies sogar bis ins Jahr 1992. Strophanthin ist auch ein neu entdecktes Hormon, das bei Sauerstoffmangel vermehrt im Herzmuskel ausgeschüttet wird und im körpereigenen Labor der Nebenniere gebildet wird. Interessanterweise ist die Nebenniere in der Bildung von Stresshormonen eine wichtige Schaltzentrale wie zum Beispiel für die Aktivierungshormone Adrenalin und Noradrenalin, daher ist es nicht verwunderlich, dass der Körper, der immer bemüht ist seine Homöostase (Gleichgewicht) aufrechtzuerhalten, an gleicher Stelle auch den entsprechenden hormonellen Gegenspieler in Form von Strophanthin ausschütten kann.

Strophanthin als ideale Alternative

Von 1950 bis heute wurde durch zahlreiche zum Teil Doppelblind-Studien und Berichte aus Kliniken, Arztpraxen und Laboren dokumentiert, dass Strophanthin in oraler Form bei der Vorbeugung und Akutbehandlung von Herzinfarkt und Angina pectoris (Herzschmerz-Attacken) eine überraschend positive Wirkung zeigt. Dies übrigens ohne ernste Nebenwirkungen und auch noch kostengünstig. Die aktuell von der Lehrbuch-Medizin empfohlenen Medikamente erreichen die Leistung des Strophanthins bei weitem nicht. Strophanthin in homöopathischer Form zu verwenden, ist eine praktische und kostengünstige Alternative, da es von diversen Herstellern in allen Apotheken frei erhältlich ist und aus zahlreichen Erfahrungsberichten von zufriedenen Anwendern im Strophanthin-Netzwerk bereits positive Wirkung in der Akutbehandlung zeigt. Jedoch sollte es selbstverständlich sein, dass die Behandlung mit dem verschreibungspflichtigen Medikament Strophanthin in die Hände eines fachkundigen und erfahrenen Arztes gehört.

Aus den Medien und der aktuellen Forschungslage ist es hinlänglich bekannt, dass wir in einer Zeit leben, in der Herz-Kreislauf-Erkrankungen zunehmen. Entsprechend gibt es Bedarf nach adäquaten Behandlungsmethoden, was im Folgenden aufgegriffen werden soll. Im Weiteren werden die Risikofaktoren eben genau dieser Herz-Kreislauf-Erkrankungen skizziert. Zudem wird auf die Wirkungsweise des im menschlichen Organismus bekannten Duos von Sympathikus und Parasympathikus Bezug genommen.

Erfassung der Herzratenvariabilität

Als Basis für den vorliegenden Artikel dienen Erkenntnisse aus der Messmethode der Herzratenvariabilität. Die psychophysiologische Erfassung der Herzratenvariabilität stellt eine reliable, valide und stabile Methode der objektiven Datenerfassung dar. 1996 haben die European Society of Cardiology und die North American Society of Pacing and Electrophysiology eine

© Yankunin/V/Adobe Stock

Afrikanische Strophanthus-Pflanze, Blüte und Blatt

Task Force gemeinsam mit international renommierten Wissenschaftlern gegründet, welche die Bedeutung der HRV (Herzratenvariabilität), die in den USA mittlerweile zu den Standardverfahren zählt, unterstreicht. Der Begriff „Herzratenvariabilität" (HRV) umfasst die sympathische und parasympathische Aktivierung und Hemmung des Herzens, was durch die permanente Veränderung in der Geschwindigkeit des Herzschlages bewirkt wird. Von besonderem Interesse sind dabei die Intervalle der R-Zacken zweier aufeinander folgender Herzschläge (RR-Zeiten). Bei näherer Untersuchung zeigen sich einerseits sehr schnelle, hochfrequente Schwankungen der RR-Zeiten als auch wesentlich langsamere, niederfrequente Schwankungen der RR-Zeiten. Die schnellen RR-Zeiten folgen größtenteils der Geschwindigkeit des Atemrhythmus und stellen ein Maß für die parasympathische Aktivierung dar. Die niederfrequenten Rhythmen stellen ein überwiegend sympathisches Aktivierungsmaß dar.

Sympathikus und Parasympathikus

Die beiden Teilgebiete des peripheren autonomen Nervensystems sind als der Sympathikus und Parasympathikus bekannt. Das autonome Nervensystem (ANS) übt eine weitreichende Bedeutung für die Lebenserhaltung, die Energiereserven, die Leistungsfähigkeit, die Anpassung an Umweltreize und damit auf das Wohlbefinden des Menschen aus. Die im autonomen Nervensystem zusammengefassten Teilsysteme Sympathikus und Parasympathikus arbeiten normalerweise antagonistisch und üben eine reziproke (das heißt sich gegenseitig hemmende) Funktion aus. Wichtig zu wissen ist es ebenso, dass die meisten Körperorgane gleichzeitig über sympathische und parasympathische Bahnen innerviert werden. Im Folgenden sollen einzelne Funktionen dieser beiden Teilsysteme näher erläutert werden. Der Sympathikus gehört zum „ergotropen", das heißt auf Leistung ausgerichteten System des Körpers. Dem Sympathikus unterstehen somit die Leistungs- und Reaktionsbereitschaft sowie die Energiemobilisierung des Organismus. Die meist unbewusst ablaufenden Reaktionen bei der Kampf- und Abwehrreaktion, wozu zum Beispiel auch Angst, Wut aber auch körperliche Belastung gehören, bewirken eine Aktivierung des Sympathikus. Problematisch für den Menschen der heutigen Zeit ist es allerdings, dass sich die Funktionsweise des Sympathikus im Laufe der Evolution herausgebildet hat, da sie früher im Überlebenskampf unserer Vorfahren äußerst wichtig war. In der heutigen Gesellschaft sind allerdings Handgreiflichkeiten und Auseinandersetzungen verpönt, es kommt also nicht mehr zu Angriff oder Flucht, sondern nur noch zu einer „isolierten Aktivierung des Herz-Kreislauf-Systems durch den Sympathikus". Handelt es sich bei einer sympathischen Aktivierung um einen Dauerzustand, kann dies zu erhöhter Stressreaktivität, „nicht mehr abschalten können" und Anfälligkeit für stressbedingte Krankheiten führen. Im Hinblick auf die Herztätigkeit bewirkt eine sympathische Aktivierungslage eine Zunahme der Schlagfrequenz des Herzens, das heißt die Leistungsfähigkeit des Herzens wird verbessert. Im schlimmsten Fall kann dies aber zu Herzrhythmusstörungen und sogar bis zum plötzlichen Herztod führen. Weitere Auswirkungen einer sympathischen Aktivierung sind der Anstieg der Kreislauftätigkeit (zum Beispiel Anstieg des Blutdrucks), die Erhöhung der Sauerstoffaufnahmekapazität, Abnahme der Verdauungstätigkeit und der Nierenfunktion, Ausschüttung von „leistungssteigern-

den" Hormonen/Neurotransmittern und die Immunsuppression. Gerade hier scheint Strophanthin eine wichtige Schlüsselfunktion zu haben, da es nach jahrelanger Untersuchung von Probanden mit eben genau dieser Stressproblematik zu einer dämpfenden Wirkung auf den Sympathikus und einer Verstärkung der parasympathischen Aktivität führen kann.

Der Parasympathikus (vagales System) - als Antagonist zum Sympathikus - fördert die Ruhe und Erholung sowie die Energiespeicherung. Er spielt eine wichtige Rolle bei der Stressresistenz, dem Stressabbau und stellt eine Art Puffer vor stressbedingten Erkrankungen dar. Eine parasympathische Aktivierung verringert die Schlagfrequenz des Herzens, stabilisiert die elektrische Erregung und Reizleitung im Herzen und verringert damit die Gefährdung für Herzrhythmusstörungen. Weitere Auswirkungen einer parasympathischen Aktivierung sind eine Verringerung der Sauerstoffaufnahmekapazität, die Förderung der Verdauung, und neue Erkenntnisse zeigen, dass die Immunreaktivität verbessert wird. Bei Gesunden sind die Aktivität von Sympathikus und Parasympathikus meist ausgeglichen.

Als international anerkannte gesundheitliche Risiken für Herz-Kreislauf-Erkrankungen gelten regelmäßiger Alkoholkonsum, Rauchen, Bewegungsmangel sowie der BMI (Body-Mass-Index). Diese gilt es gering zu halten, will man auf Dauer sein Herz-Kreislauf-System stabil und gesund erhalten. Gerade regelmäßige Bewegung zeigte in Studien die signifikanteste Wirkung auf die Herzratenvariabilität und sollte Bestandteil eines gesunden Lebensstils sein. Dabei ist insbesondere die Bewegung an der frischen Luft insbesondere im Wald zu empfehlen.

Beispiel aus der Praxis

Im Folgenden wird nun ein exemplarisches Beispiel einer 62-jährigen Probandin skizziert, die durch die medikamentöse Einnahme von Strophanthin ihre Herzgesundheit nachhaltig verbessern konnte. Nach eigenem Befinden und Untersuchung durch ihren Kardiologen ist die Dame bei einem Follow-up nach 6 Monaten nun als „symptomfrei" einzustufen. Als Messmethode wurde die hier skizzierte Methode der Herzratenvariabilität verwendet. Der Messzeitpunkt umfasste jeweils knapp 6 Minuten bei aufrechter Haltung und normaler Atmung im Sitzen.

Dieses Bild wurde im Buddha-Museum in Traben-Trabach aufgenommen. Ein Ort der Kraft und Ruhe mit Blick auf die Mosel. (www.buddha-museum.de)

Ausgangspunkt war eine jahrelange berufliche Überlastung, die sich in Form von zahlreichen Überstunden sowie einer Zunahme im Verantwortungsbereich zeigte, denn die Probandin arbeitete in der Personalabteilung einer europaweit tätigen Behörde. Die Beschwerden zeigten sich in Form von depressiver Verstimmtheit, geringer Belastbarkeit und Ausdauer, was die psychischen Beschwerden anging. Die medizinischen Beschwerden waren gravierender, denn die Dame erhielt von ihrem Kardiologen Betablocker aufgrund von diagnostizierten Herzrhythmusstörungen. Sie trat mit der Bitte an die Autorin heran, im Forschungssetting zu untersuchen, ob Strophanthin ihrem Herzen gut tue. Daher wurde zunächst ein Forschungsdesign entwickelt, um zunächst die Patientin in der Vormittagszeit medikamentennüchtern und mit ausreichendem zeitlichen Abstand zum Konsum von Kaffee und gegebenenfalls Zigaretten anhand der HRV zu untersuchen. Das Ergebnis der ersten Messung wies bereits Arrhythmien auf, weshalb die Dame ja bereits medikamentös durch ihren Kardiologen behandelt wurde. Um hier zu einem eindeutigen Ergebnis zu kommen, hatte die 62-jährige Probandin seit dem Vorabend keine Medikamente eingenommen, um mögliche erwünschte Wirkungen so gering wie möglich zu halten.

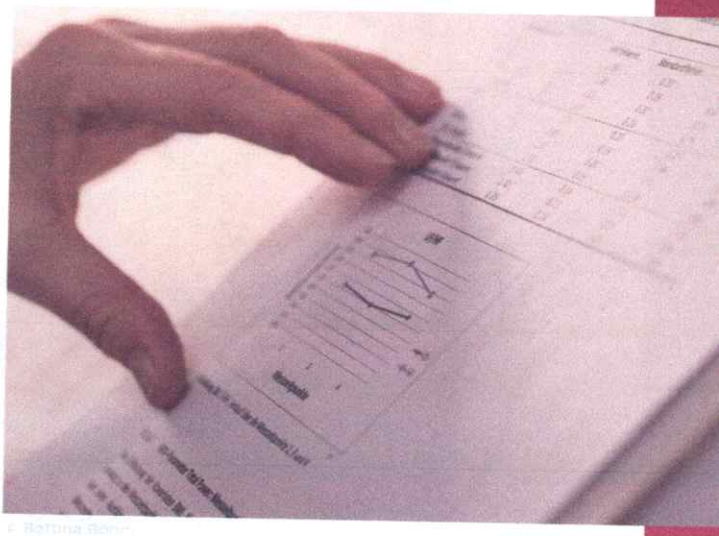
Messungen belegen Wirksamkeit

Es zeigte sich anhand des Ergebnisses zum **Messzeitpunkt 1** (siehe Tabelle auf S. 5), dass die psychische Belastungsfähigkeit und damit Stressresistenz eingeschränkt waren. Dies ging einher mit dem subjektiven Bericht der Probandin in Form von wahrgenommener Erschöpfung. Besonders auffällig jedoch waren deutliche Arrhythmien im Herzrhythmusdiagramm.

Zum **Messzeitpunkt 2** wurde ein zeitlicher Abstand von 50 Minuten gewählt und direkt nach der ersten Messung erhielt die Probandin 1 Kapsel von 3 Milligramm Strophanthin direkt unter die Zunge, denn es ist bekannt, dass der Wirkstoff auf diesem Weg die Blut-Hirn-Schranke auf oralem Weg direkt passiert.

Hier zeigte sich, dass die bei der Patientin im medikamentennüchternen Zustand gemessenen Arrhythmien kein einziges Mal mehr auftraten. Auch wenn es sich exemplarisch um einen Einzelfall handelt, so wurde in den 45 Minuten nach der letzten Messung keine andere Intervention vorgenommen, außer der Patientin eine Kapsel von 3 Milligramm Strophanthin oral unter die Zunge im kontrollierten Laborsetting zu geben. Wie in der Tabelle unten ersichtlich ist, zeigte sich eine parasympathische Aktivierungslage, die dadurch zu erklären ist, dass der Körper wohl durch das Strophanthin den Impuls bekam sich zu entspannen, was für die Wirkung von Strophanthin auf das endokrine System insbesondere die Nebennieren spricht. Es gibt daher Befürworter für das Strophanthin, welche ihm auch eine Antistresswirkung nachsagen.

Zum **Messzeitpunkt 3** zeigten sich nach Einnahme des Betablockers, den die Patientin von ihrem Arzt verschrieben bekam, eine starke Zunahme von Arrhythmien, vereinfacht gesagt, das Herz machte unmissverständlich klar, dass es aus dem Takt gerät. Die Patientin fühlte sich durch die objektiven Messergebnisse verstanden, da dieser Befund genau zu ihrem subjektiven Gefühl, dass „etwas mit ihrem Herzen nicht stimme", passte. Der zeitliche Abstand zur vorigen Einnahme von Strophantin betrug 90 Minuten. Direkt nach der Einnahme des Betablockers war in der Auswertung der Herzratenvariabilität zu sehen, dass er umgehend die körperliche Stressresistenz und psychische Belastbarkeit verbesserte. Im Weiteren zeigte das Untersuchungsergebnis, dass das Risiko für autonom-nervöse bzw. stressbedingte Funktionsstörungen gesenkt wurde und sich das autonome Nerven-



© Bettina Berg

Tabelle: Ergebnisse der Herzratenvariabilität im Zustand „medikamentennüchtern", Einnahme von Betablocker bzw. Strophanthin

Messzeitpunkt	Einnahme von	Arrhythmien/ Artefakte (unregelmäßige Herzschläge)	Körperliche Stressresistenz und psychische Belastbarkeit	Risiko für autonom-nervöse oder stressbedingte Funktionsstörungen	Anpassungsfähigkeit des autonomen Nervensystems an Umweltreize	Verhältnis von Anspannung (Sympathikus) zu Entspannung (Parasympathikus)
1 10:00 Uhr	medikamentennüchtern	zahlreich 2,4 %	vermindert	erhöht	reduziert	ausgeglichen
2 10:45 Uhr	3 mg **Strophanthin**	keine 0	vermindert	erhöht	reduziert	Entspannung überwiegt die Anspannung (moderates parasympathikotones Aktivierungsverhältnis)
3 12:15	Betablocker	zahlreich 8,97 %	relativ gut	keine	relativ gut	gute Balance
4 6 Monate später	Follow-up nach 6 Monaten **Strophanthin**-Einnahme	keine 0	relativ gut	keine	relativ gut	gute Balance

system nach Einnahme des Betablockers an Umweltreize wieder besser anpassen konnte. Die Einnahme des Betablockers zeigte also rasch sehr positive Wirkungen, aber eben leider auch sehr unerwünschte „Neben"-Wirkungen, wie den Umstand, dass Arrhythmien verstärkt zunehmen.

Nachdem die Patientin von einer erfahrenen Strophanthin-Ärztin eingehend beraten und untersucht wurde, setzte sie langsam Schritt für Schritt ihren Betablocker ab und stellte sich nach 6 Monaten der regelmäßigen Einnahme von Strophanthin bei mir erneut vor. Sie war nun neugierig, ob die 6-monatige Einnahme von Strophanthin sowie das sukzessive Absetzen ihres Betablockers in Absprache mit ihrem Kardiologen Erfolge zeigten.

Es zeigten sich, wie in der Tabelle ersichtlich, eine Verbesserung der körperlichen Stressresistenz als auch der psychischen Belastbarkeit – nach Einnahme des Betablockers innerhalb einer Stunde als auch durch die langfristige Einnahme des Medikaments Strophanthin. Im Bereich der Arrhythmien war der stärkste Unterschied festzustellen, denn im Gegensatz zu dem Betablocker zeigte sich hier ein optimaler Befund. Nach der 6-monatigen Einnahme von Strophanthin war kein einziger unregelmäßig auftretender Herzschlag in Form von Arrhythmien mehr zu erkennen!

Ausblick

Es gilt genauer hinzusehen. Das subjektive Befinden und Empfinden des Patienten ist das zentrale Thema, nicht eine Medikation von extern, die über den Körper hinweg entscheidet. Gemeinsam mit dem Patienten und dessen messbarer Rückmeldung seines Körpers gilt es nach genauer Datenlage abzuwägen, welches Medikament und welche Intervention langfristig die beste Wahl ist. Weitere empirische Befunde aus der Praxis zeigten viele ähnliche Fälle, in denen die Patienten dank Strophanthin auf Betablocker verzichten konnten. Und auch nach oraler Einnahme des homöopathischen Strophanthins, welches in Deutschland in jeder Apotheke erhältlich ist, zeigte die Untersuchung der Herzratenvariabilität eine Verbesserung. Ebenso konnte die orale Einnahme von Q 10 Ubiquinol (siehe Kasten unten) in der bioverfügbaren Form eine zusätzliche Verbesserung der HRV im Laborsetting zeigen. Diese Effekte waren bereits nach 90 Minuten messbar.

Es bleibt noch zu erwähnen, dass Strophanthin kein Ersatz für einen gesunden Lebensstil ist. Doch es kann Herzen prophylaktisch und im Akutfall helfen.

Ich freue mich auf den fachübergreifenden Dialog von Medizinern, Psychologen und Heilpraktikern zum Wohl der Gesundheit der Patienten. Weiterführende Forschungsliteratur ist bei der Autorin erhältlich. ■

Was ist Q 10 Ubiquinol?

Es gibt die Varianten Q 10 Ubiquinon sowie Q 10 Ubiquinol. Sie spielen eine herausragende Rolle als Elektronenüberträger zur Herstellung von Adenosintriphosphat (ATP) in der Atmungskette der Mitochondrien. In den Mitochondrien erfolgt die Energiegewinnung der Zellen. Besondere Wirkung kommt dem Q 10 Ubiquinol aufgrund seiner hohen Bioverfügbarkeit in der Regeneration und Gesunderhaltung des Herzens zu. Es durchbricht direkt die Blut-Hirn-Schranke und ist zudem ein wichtiges fettlösliches Antioxidans. Da mit zunehmendem Alter der Q 10 Ubiquinol-Spiegel im Körper abnimmt, ist eine Supplementierung als Mikronährstoff sehr zu empfehlen. Entsprechende Quellen für hochwertiges Q 10 Ubiquinol sind bei der Autorin erhältlich.

Die Autorin

Bettina Böhm
Dipl. Psych., Verhaltenstrainerin und Heilpraktikerin für Psychotherapie, forscht seit über 10 Jahren zur Herzratenvariabilität. Sie berät Klienten auf Deutsch und Englisch.
www.bettinaboehm.com