KoKo 77

NATUR UND MEDIZIN | Kompass Komplementärmedizin | AUGUST 2012

Padma 28: Alles nur tibetischer Zauber?

Padma 28 gehört in die Reihe der exotischen pflanzlichen Kombinationspräparate, so genannter Vielstoffgemische. Hinter dem wenig fantasievollen Namen birgt sich eine spezielle Kräutermischung, die auf die traditionelle tibetische Medizin zurückgeht. Tibetische Medizin wird in der Himalajaregion schon seit dem siebten Jahrhundert praktiziert. Diese besondere Art der Medizin versteht Gesundheit als einen dem Individuum charakteristischen Gleichgewichtszustand der drei Lebenssäfte Wind, Galle und Schleim. Nach tibetischer Lehre kann diese Balance durch innere und äußere Einflüsse gestört und mit Hilfe von pflanzlichen Arzneimitteln günstig beeinflusst werden.

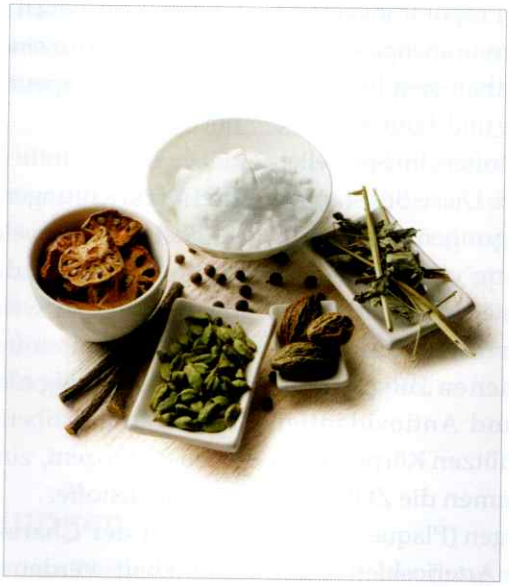

Foto: Padma AG

Ein besonderes Merkmal tibetischer Arzneimittel ist ihre komplexe Zusammensetzung. Es sind ausnahmslos Vielstoff-Arzneien. In der tibetischen Medizin werden praktisch keine Monosubstanzen therapeutisch verwendet. In dieser Medizin wird auf eine Vielzahl und Vielfalt von Reizen vertraut. Die Vielarzneigemische werden nach östlichem Therapieansatz nicht vordergründig als gezielte Maßnahme eingesetzt – sondern eher als „Gesundheitsspeise", die eingenommen u.a. zu einer Reinigung von Säften und zum Ausgleich von Energien führen soll. Die Zutaten tibetischer Arzneien sind natürlicher Herkunft, überwiegend pflanzlicher, aber auch mineralischer Art. Ein Grund für die Wirksamkeit und die besonders gute Verträglichkeit tibetischer Arzneien wird in der Kunst gesehen, die verschiedenen Wirkstoffe richtig zu kombinieren.

Padma 28 wird als trockenes Arzneimittel, das heißt als Mischung von getrockneten und gemahlenen, ansonsten aber unveränderten Pflanzen bzw. Pflanzenteilen, in Kapselform angewendet. Besonders in der Therapie chronischer Krankheiten belegen Studien eine Wirksamkeit der Vielstoff-Arznei. Padma 28 ist im wahrsten Sinne des Wortes eine "bittere Pille": Die Pflanzenformel schmeckt bitter, etwas scharf und durchdringend. Nach der tibetischen Medizinlehre verfügt sie daher über kühlende Eigenschaften, was besonders wichtig ist, wenn eine Überhitzung des Körpers vorliegt, z.B. nach übermäßigen Genuss von Fett und Alkohol oder brennenden Extremitäten. Padma 28 soll das auf Hochtouren laufende Immunsystem wieder ins Gleichgewicht bringen und auch entzündungshemmend wirken.

Auf welchem Weg aber kam die tibetische Rezeptur nach Europa? In der Literatur findet man dazu folgende Beschreibung: Die pflanzliche Arznei wurde von dem Züricher Pharmakaufmann Karl Lutz "entdeckt". 1954 lauschte er gespannt einem Vortrag des Benediktinermönchs Pater Cyrill über Tibetische Medizin und lernte den polnischen Chirurgen Peter Badmanjew kennen. Dessen Vater hatte die Tibetische Medizin von seinen burjatischen Vorfahren übernommen und in seiner Warschauer Arztpraxis erfolgreich umgesetzt. Zu seinem Nachlass gehörte auch eine Beschreibung tibetischer Arzneirezepturen. Pharmafirmen zeigten kein Interesse, aber Karl Lutz erkannte den Wert des Nachlasses. Zusammen mit Peter Badmanjew ließ er probeweise einige der Arzneien herstellen. Der aus dem Sanskrit stammende Begriff Padma bedeutet Lotusblume – in der fernöstlichen Weltanschauung ein Symbol für Reinheit und Schönheit. Die Zahl 28 in Padma 28 weist darauf hin, dass die Rezeptur die Nummer 28 in der entsprechenden Rezeptursammlung trägt. Das Präparat Padma 28 erwies sich schon bald als überraschend wirksam bei arterieller Verschlusserkrankungen – und erregte damit großes Aufsehen.

Das informative Sammelwerk von NATUR UND MEDIZIN

Zusammensetzung

Bei der genauen Betrachtung der Inhaltsstoffe fällt auf, dass Padma 28 zum größten Teil aus uns guten alten Bekannten wie Ringelblume, Spitzwegerich, Vogelknöterich oder sogar Blättern vom Gartensalat (Lactuca sativa) besteht. Alles Pflanzen aus unseren Breiten. Und wirklich: Nur ein Teil der in Padma 28 enthaltenen Pflanzen kommt ausschließlich in asiatischen Ländern vor. Während die Rezepturen der Ärztefamilie Badmanjew über die Mongolei und Russland nach Europa gelangten, hat man viele Kräuter aus dem Hochhimalaya durch regionale Pflanzen ersetzt. Das schadet aber nicht, denn die derzeitige Rezeptur wurde von tibetischen Ärzten als korrekt im Sinne der Tibetischen Medizin begutachtet. Padma 28 enthält 22 Bestandteile, davon stammen 20 aus verschiedenen Pflanzen bzw. Pflanzenteilen, d.h. Wurzel, Rhizom, Blätter, Blüte, Knolle, Früchte und Kraut, sowie Gypsum (Calciumsulfat) und natürlichem Kampher. Acht der mittlerweile verwendeten Heilpflanzen kommen sowohl in Europa als auch in Asien vor; zwölf Pflanzen finden sich nur in Indien und im Himalaya; zwei Pflanzen stammen aus anderen asiatischen Ländern; Lichen islandicus (Isländisch Moos) kommt nur in Nordeuropa vor.

Wirksamkeit durch Vielfalt

Jeder der in Padma 28 verwendeten Pflanzenteile enthält zahlreiche Naturstoffe, so dass das Präparat insgesamt aus Hunderten von Inhaltsstoffen zusammengesetzt ist. Zu den wichtigsten in Padma 28 enthaltenen Pflanzenschutzstoffen gehören die Flavonoide und Tannine. Diese zählen zu den sekundären Pflanzenstoffen, im Speziellen zu den so genannten Polyphenolen. Diese Substanzen bewahren eine Pflanze vor Schädigungen von außen, wie zum Beispiel vor UV-Strahlung oder Pilzbefall. Polyphenole zählen zu den stärksten Antioxidantien und werden in vielen Bereichen der Medizin intensiv erforscht. **Die in Padma 28 enthaltenen Polyphenole, Bioflavonoide, ätherischen Öle und Antioxidantien wirken entzündungshemmend, schützen Körperzellen vor freien Radikalen und verlangsamen die Zelloxidation.** Sie vermindern die Ablagerungen (Plaques) in den Blutgefäßen und beugen so auch der Arteriosklerose vor. Das Besondere: Die sekundären Phytochemikalien einer Pflanze ergänzen und verstärken sich wechselseitig in ihrer Wirkung. Keine isolierte Substanz kommt diesem Informationsgefüge gleich. In der Pharmakologie spricht man hier von „Synergismus". Das bedeutet auch: Kenntnisse über die Wirkung der Einzelkomponenten sind zwar hilfreich, denn sie können Hinweise auf den Nutzen des Gesamtpräparates geben – eine direkte Zuordnung der Einzelwirkungen oder aber auch Nebenwirkungen zu dem komplexen Heilmittel Padma 28 ist jedoch nicht möglich. Hierfür sind eigenständige Untersuchungen der gesamten therapeutisch verwendeten Kräutermischung notwendig.

Die Inhaltsstoffe der tibetischen Arznei lassen sich in drei Wirkrichtungen gliedern:

1.) Bestandteile, welche die Hauptwirkung ausmachen.
2.) Komponenten, die diese unterstützen.
3.) Bestandteile, welche die unerwünschten Wirkungen anderer Inhaltsstoffe auffangen.

Mengenmäßig zählen zu den ersten beiden Kategorien bei derartigen tibetischen Kräutermischungen zumeist etwa 80 Prozent, zur dritten Kategorie etwa 20 Prozent der Inhaltstoffe.

Nach der Charakterisierung der zu behandelnden Krankheit werden die Kräuter sowohl organbezogen als auch hinsichtlich der Wiederherstellung des Energie-Gleichgewichts kombiniert. Die speziellen Rezepturen tibetischer Arzneien werden seit dem siebten Jahrhundert umfassend belegt: Wirkstoffe, Herstellung, Anwendung und Dosierung werden genau beschrieben. Aus wissenschaftlicher Sicht ist die Rezeptur Padma 28 im Vergleich zu anderen tibetischen Arzneimitteln am besten mit Forschungsergebnissen dokumentiert.

Auswirkungen auf das Immunsystem

Die grundlegende Bedeutung von Padma 28 besteht offenbar in der allgemein regulierenden Wirkung auf die Abwehrkräfte des Körpers, denn die Mehrzahl aller chronischen Krankheiten hängt mit einer Fehlsteuerung des Immunsystems zusammen. Studien zeigen, dass das Pflanzenpräparat die Abwehrkräfte nicht nur anregen, sondern falls nötig ihre Reaktion auch eindämmen kann. Es wird vermutet, dass die Stabilisierung des Immunsystems die Verschlimmerung einer entzündlichen Reaktion hemmt. Mehrere wissenschaftliche Studien haben gezeigt, dass die tibetische Kräutermixtur in der Lage ist, für den Körper gefährliche freie Radikale zu neutralisieren. Die Hemmung der oxidativen Stressreduktion stoppt das Überschießen der Entzündung. Freie Radikale sind an der Entstehung verschiedener Krankheiten beteiligt, unter anderem auch an der weitverbreiten Arteriosklerose.

Anwendungsgebiete

Arteriosklerose und Claudicatio intermittens (sog. Schaufensterkrankheit)

Durchblutungsstörungen sind die Folgen der Arteriosklerose (Arterienverkalkung), eines schleichenden Veränderungs- und schließlich Verengungsprozesses von Gefäßwänden, bei dem chronisch entzündliche Reaktionen an den Gefäßwänden eine Rolle spielen. Die Entzündung an der Arterienwand lockt eine Vielzahl von Immunzellen an, die an der Immunreaktion beteiligt sind. Bei einer akuten Entzündung ist eine erhöhte Immunaktivität zwar sinnvoll, wird dieser Prozess jedoch chronisch, kommt es zu Einlagerungen von Schadstoffen und einer zunehmenden Veränderung der Gefäßwände im Sinne von arteriosklerotischen Plaques. Die Verengung der Blutgefäße führt zu einer verminderten Durchblutung. Die betroffenen Gebiete werden nur noch unzureichend mit Nährstoffen und Sauerstoff versorgt. Die daraus resultierenden Beschwerden hängen von den betroffenen Regionen ab und von der Art der betroffenen Gefäße. Im Bereich der Herzkranzgefäße kann dies zu dem Gefühl von Brustenge, Schmerzen und Luftnot im Sinne einer Angina pectoris führen. Finden sich diese Veränderungen vor allem im Bereich der Extremitäten, so können erste Anzeichen z.B. Kribbeln, Ameisenlaufen, Einschlafen von Händen und Füßen sowie schwere Beine und Arme sein. Risikofaktoren für eine Arteriosklerose sind eine falsche Ernährung, Stress, Rauchen und Bewegungsarmut.

Sind Arterien im Bereich der Beine und des Beckens verengt, sprechen Mediziner von der peripheren arteriellen Verschlusskrankheit (pAVK). Wegen der mangelnden Durchblutung leiden die Betroffenen beim Gehen unter stechenden Schmerzen in den Waden. Diese lassen erst nach, wenn sie stehen bleiben. Im Volksmund wird die pAVK auch als „Schaufenster-Krankheit" bezeichnet.

Padma 28 hat sich als sehr wirksam bei chronischen entzündlichen Prozessen wie Arteriosklerose und bei Durchblutungsstörungen wie periphere arterielle Verschlusskrankheit (PAVK) und Claudicatio intermittens erwiesen. Hier existieren eine Reihe von klinischen Studien und Anwendungsbeobachtungen, die eine nachhaltige Wirkung von Padma 28 belegen. So kann beispielsweise eine signifikante Verlängerung der Gehstrecke unter der Anwendung von Padma 28 bei Patienten mit pAVK nachgewiesen werden. In vitro Studien zeigten, dass das Pflanzenpräparat in verschiedenen Stadien der Entstehung arteriosklerotischer Veränderungen modulierend eingreift und so das Fortschreiten der Arteriosklerose hemmen kann.

Herz-Kreislauf Erkrankungen

In der Kardiologie kann Padma 28 zur unterstützenden Behandlung von entzündlichen Herzkrankheiten und vieler Formen der kardialen Ischämie (z.B. bei Symptomen der Angina pectoris) angewendet werden. Klinische Langzeitstudien über die Auswirkungen von Padma 28 auf den Verlauf von Kreislauferkrankungen haben gezeigt, dass eine Anwendung des Vielstoffgemisches zusätzlich zur Routinetherapie die Krankheitsdauer signifikant verringert, klinische Beschwerden deutlich reduziert und den Remissionszeitraum verlängert. In Studien weist Padma eine bewiesene antioxidative Wirkung auf und schützt insbesondere die Blutfette vor Oxidation, ein wichtiger Faktor, um die kardiovaskuläre Gesundheit langfristig zu garantieren. Experimentelle Ergebnisse zeigen für Padma 28 zudem Einflüsse auf eine **Förderung der Fibrinolyse** (körpereigene Auflösung eines Blutgerinnsels) sowie die **Senkung der Blutfette** (Cholesterin und Triglyzeride).

Weitere Anwendungsgebiete

Beobachtungsstudien zeigen, dass sich unter Padma 28 auch **Gedächtnisschwächen, Sehstörungen, Tinnitus sowie die Symptome Müdigkeit, Schwindel und allgemeine Schwäche** bessern, was auf einer allgemeinen verbesserten Durchblutung beruhen dürfte. Aufgrund seiner entzündungshemmenden und immunmodulierenden Wirkung zeigt Padma 28 zudem vielversprechende Resultate in der unterstützenden Behandlung der chronischen Hepatitis, Gelenkrheumatismus sowie bei wiederkehrenden Atemwegsinfektionen.

Fazit: Kein Zauber

Padma 28 zeichnet sich durch potentiell vielfältige Wirkungen aus – schwerwiegende Nebenwirkungen können bis dato nicht nachgewiesen werden. Besonders bei chronischen Erkrankungen ist Padma 28 eine gute Alternative, da es aufgrund seiner guten Verträglichkeit als Dauermedikation durchaus geeignet ist. Vor allem Beschwerden, die eindeutig auf einer Minderdurchblutung beruhen, lassen sich durch Padma 28 aufgrund seiner harmonisierenden Eigenschaften günstig beeinflussen. Padma 28 wirkt durchblutungsfördernd, entzündungshemmend und antioxidativ, d.h. zellschützend. Die klinischen Studien belegen dem tibetischen Heilmittel eine wichtige Rolle in der Prävention und Therapie arteriosklerotischer Erkrankungen. Damit ist das Präparat besonders für Personen interessant, die ein erhöhtes Risiko tragen und daher häufig unter peripheren Zirkulationsstörungen leiden. Hierzu zählen u.a. Diabetiker, Hypertoniker, Patienten mit einem zu hohen Cholesterinspiegel und Raucher.

Ein „Zaubermittel" ist Padma 28 allerdings nicht – und auch kein „Heilmittel" bei bestehender Arteriosklerose. Padma 28 kann aber den Organismus bei der Selbstheilung unterstützen. Die große Stärke der tibetischen Arznei liegt in der **Prävention**. Für Menschen, die zu einer der Risikogruppen für Arteriosklerose zählen, ist es ratsam, bei den ersten Anzeichen wie Kribbeln, Ameisenlaufen oder Einschlafen von Händen und Füßen, selbst aktiv zu werden. Hier bieten sich die Therapien der Mind-Body-Medizin an, d.h. mehr Bewegung, gesunde Ernährung und ausreichend Entspannung. Wenn Sie Ihren Alltag gesünder und aktiver gestalten, können Sie diese Umstimmung mit Padma 28 unterstützen. In den modernen Industrienationen sind Herz-Kreislauferkrankungen Todesursache Nummer eins. In der Therapie dieser Krankheiten werden pflanzliche Therapien mit bewährten Rezepturen der traditionellen Medizin immer mehr an Bedeutung gewinnen – gerade in der Prävention. Padma 28 kommt hierbei eine wichtige Rolle in der Vorbeugung arteriosklerotischer Herzerkrankungen zu. Allerdings steht die Untersuchung der Vielstoffgemische der traditionellen Tibetischen Medizin erst am Anfang. Die wissenschaftliche Erforschung der Tibetischer Heilmittel ist jedoch unerlässlich, um ihre Wirkungsweise aufzuklären und sie in der westlichen Medizin zu verankern.

Zum Produkt

Padma 28 wird heute in der Schweiz hergestellt und kommt als Kapseln in den Handel. In Deutschland darf der Arzt die tibetische Arznei aus der Schweiz auf Privatrezept verordnen. Die hiesigen Apotheken können die Rezeptur aus dem Ausland beziehen. Das österreichische Referenzprodukt Padma circosan ist in Deutschland rezeptfrei erhältlich.

Dosierung

Nach Herstellerangaben ist die Dosierung wie folgt: Wenn vom Arzt nicht anders verordnet, nehmen Erwachsene anfänglich 3x 2 Kapseln täglich mit genügend Flüssigkeit ½ - 1 Stunde vor den Mahlzeiten. Sobald eine deutliche Besserung eingetreten ist, kann die Dosierung bis auf 1 - 2 Kapseln täglich reduziert werden. **Bitte beachten Sie:** Die optimale Dosierung hängt vom Gesundheitszustand, der persönlichen Konstitution und dem Alter ab. Lassen Sie sich bezüglich Ihrer individuellen, medikamentösen Behandlung von einer Fachperson beraten.

Werden Sie Mitglied bei Natur und Medizin

Informieren Sie sich im Internet unter:
http://www.naturundmedizin.de
über die vielen Vorteile einer Mitgliedschaft:

- Zeitschrift „Natur und Medizin"
- Ratgeber zur Gesundheit
- Patientenratgeber
- Arzt-Suchdienst
- Klinik-Suchdienst
- Patientennetzwerk
- Hilfe zur Selbsthilfe

Schreiben Sie uns. Rufen Sie uns an. Wir freuen uns auf Sie!
Natur und Medizin e.V.
Am Deimelsberg 36
45276 Essen
Tel.: 0201 56305-70
Fax: 0201 56305-60

KoKo

Das nächste Thema:
- Süßholzwurzel

Impressum
Herausgeber: Natur und Medizin e.V.
Geschäftsstelle: Am Deimelsberg 36, 45276 Essen, Tel.: 0201 56305-70
Konzeption: Dr. Henning Albrecht
Redaktion: Karen Hoffschulte, M.A.
Medizinische Beratung: Eckard Krüger
Gestaltung: eye-d Designbüro, Essen
Verantwortlich: Dr. Dorothee Schimpf, Geschäftsführerin Natur und Medizin e.V.