

Abschlussarbeit SMGP

Padma Nerventonicum bei Wechseljahresbeschwerden - eine Therapieevaluation



Bilder mit freundlicher Genehmigung der Padma AG

Dr. med. Bettina Kneip
Allgemeine Innere Medizin FMH
Institut für Naturheilkunde
Universitätsspital Zürich
Rämistr. 100
8001 Zürich

Key words: Padma Nerventonicum, Tibetische Medizin,
Wechseljahresbeschwerden, Phytotherapie, Hitzewallungen,
Depression, Schlafstörungen, Palpitationen.

1. Inhaltsverzeichnis

1. Inhaltsverzeichnis

2. Zusammenfassung

3. Einleitung

3.1. Zusammensetzung von Padma Nerventonicum

3.2. Beschreibungen der einzelnen Pflanzenbestandteile
von Padma Nerventonicum

3.3. Medizinischer Hintergrund

4. Methodik

5. Ergebnisse

6. Diskussion

7. Literaturverzeichnis

2. Zusammenfassung

Wir konnten am Universitätsspital Zürich, Lehrstuhl für Naturheilkunde, bei unseren peri-postmenopausalen Patientinnen mit Wechseljahrbeschwerden (mit und ohne onkologischer Erkrankung v.a. Mamma-Karzinom) während unserer ambulanten Sprechstunde auffallend häufig beobachten, dass nicht nur die Beschwerden von Schlafstörungen nach Einnahme einer Kräutermischung, hergestellt nach einer tibetischen Medizinalrezeptur mit dem Namen Padma Nerventonicum (Indikation: Schlafstörungen) deutlich besserten, sondern auch Wechseljahrbeschwerden wie Palpitationen, Reizbarkeit, Hitzewallungen, Depression, Fatigue linderten. Wir haben uns daraufhin entschlossen zu untersuchen, ob es nach einer Einnahme von Padma Nerventonicum bereits nach 4 Wochen bei 11 Patientinnen zu einer Bestätigung unserer Beobachtungen kommt, d.h. zu einer Besserung der peri-postmenopausalen Symptome. Die Erhebungen erfolgten per MRS (Menopause Rating Scale)-Fragebogen, den die Patientinnen am Tag X und nach 30 Tagen ausfüllten.

Erfreulicherweise liessen sich unsere Zufallsbeobachtungen bestätigen: es kam bereits nach 4 wöchiger Einnahme von Padma Nerventonicum zu einer deutlichen Besserung der Hitzewallungen, Herzbeschwerden, Schlafstörungen, Depression, Reizbarkeit, und Haut-Schleimhauttrockenheit; weniger deutlich zeigten sich Veränderungen im Bereich der Ängstlichkeit, Erschöpfung, Sexualprobleme, Harnwegsbeschwerden, Gelenk-Muskelschmerzen, allerdings standen diese Beschwerden bei unserem kleinen Patientengut nicht im Vordergrund.

3. Einleitung

Wir konnten während unserer ambulanten Sprechstunde am Institut für Naturheilkunde am Universitätsspital in Zürich bei unseren peri-postmenopausalen Patientinnen auffallend häufig beobachten, dass nach Einnahme von tibetischen Kräuterkapseln (Vielstoffgemisch mit dem Namen Padma Nerventonium), nicht nur die Schlafstörungen besserten, sondern nach einen Einnahmeintervall von 3-4 Wochen weniger Hitzewallungen, depressive Verstimmungen, Ängstlichkeit und Palpitationen auftraten.

Padma Nerventonium ist ein Arzneimittel-Vielstoffgemisch, hergestellt nach den Prinzipien der tibetischen Medizin auf Kräuterbasis gemäss einer klassischen „Srog`zin 10 (gesprochen Sogzin) Rezeptur [1].



mit freundlicher Genehmigung der Firma PADMA AG

Abb. 1: Verpackung von Padma Nerventonium

3.1. Zusammensetzung von Padma Nerventonikum

Sehr interessant ist bei Padma Nerventonikum die Zusammensetzung, denn folgende Ingredienzien sind enthalten:

Botanical name	Pharmacologic substance	English	Tibetan
<i>Ferula assa-foetida</i> L.	Asa foetida cum 30% Trigonellae foenugraeci semen	asafoetida with 30% fenugreek	Shing-kun
<i>Saussurea lappa</i> C.B. Clarke	Costi amari radix	costus root	Ru-rta
<i>Guaiacum officinale</i> L.	Guaiaci lignum	guaiacum	a-ga-ru
<i>Bombax ceiba</i> L.	Bombacis ceibae flos	bombax/cotton tree flower	Pad-ma ge-sar
<i>Myristica fragrans</i> Houtt.	Myristicae semen	nutmeg	dZa-ti
<i>Terminalia chebula</i> Retz.	Myrobalani fructus	myrobalan (chebolic myrobalan fruit)	A-ru-ra
<i>Syzygium aromaticum</i> (L.) Merrill & Perry	Caryophylli flos	clove	Li-shi phye-ma
<i>Choerospondias axillaris</i> (Roxb.) Burt & Hill	Choerospondias axillaris fructus	Nepalese mombin	sNying zho-sha
	Kaolinum ponderosum	heavy kaolin	Sa cu-gang
<i>Boswellia serrata</i> Triana & Planch.	Olibanum	olibanum, frankincense	sPos-dkar

Abb. 2: Zusammensetzung von Padma Nerventonikum [2]

3.2. Beschreibungen der einzelnen Pflanzenbestandteile von Padma Nerventonikum

Asa foetida (Asant, Hing)

(Tib.: Shing-kun)

Asant stammt aus Zentralasien. Durch Anritzen der Wurzel wird der Milchsaft gewonnen, dieser wird getrocknet. Die braune, harzige Masse, die entsteht, wird mit Bockshornkleesamen gemischt. Getrockneter Asant enthält Ferulasäure. Das ätherische Öl enthält eine Vielfalt von Schwefelverbindungen. Er hat einen starken, würzigen Geruch und wird in der Ayurveda Medizin als Knoblauchersatz (lediglich Messerspitzenmenge) verwendet. Die Tibetische und Indische Medizin spricht ihm wärmende Eigenschaften zu [2].

Asant wurde bereits vor mehr als zwei Jahrtausenden auch in Europa als Gewürz verwendet. Angeblich wurde er von Soldaten Alexanders des Großen auf ihrem Marsch durch Zentralasien nach Europa gebracht. Ab dem 16. Jahrhundert wird er in hiesigen Kochbüchern jedoch nicht mehr erwähnt. In Zentralasien und Indien hat Asant seinen Platz als wichtiges Gewürz und Heilmittel bewahren können [2].

Bockshornklee

(Tib.: Sumo za)

Trigonella foenum-graecum wird in der tibetischen Medizin nicht sehr häufig verwendet, ist jedoch gut dokumentiert [3]. Diese uralte Medizin- und Gewürzpflanze ist in ihrer Anwendung von Nordafrika bis China gut beschrieben. Ihr Geschmack wird als bitter und süß bezeichnet. Klassische Indikationen dieses wärmenden Prinzipes sind bakterielle Pneumonien, Schleimlösung, Aktivierung des Galle-Flusses und Dämpfung der Wind Energie [3]. Diese zur Gattung der Schmetterlingsblütler gehörende Pflanze enthält Steroid-saponine.

Costuswurzel

(Tib.: Ru-rta)

Saussurea lappa ist eine Hochgebirgspflanze aus dem Himalaya. Sie wurde schon früh nach China und ins römische Reich exportiert, wo sie als Duftstoff und als Gewürz genutzt wurde. In der Tibetischen Medizin werden der Wurzel (Ru-rta) die Geschmacksrichtungen scharf, süß und bitter sowie neutrale Potenz zugeschrieben. Ru-rta-Rezepturen kommen traditionell z.B. bei Magenbeschwerden mit Übelkeit zur Anwendung [2].

Guajakholz

(Tib.: A-ga-ru)

Guajak ist ein hartes, harzhaltiges, aromatisches Holz das seit jeher zur Herstellung von Duftstoffen und Räuchermischungen verwendet wurde [2].

Salmaliablüte

(Tib.: Pad-ma ge-sar)

Der große Laubbaum *Bombax ceiba*, auch *Salmalia malabarica* genannt, findet sich in Indien, Burma and Sri Lanka. Die roten Blüten stehen einzeln an den Enden der Zweige und sind daher von weitem sichtbar. Die Blüten enthalten ätherische Öle und werden in der Volksmedizin zur Darmreinigung verwendet [2].

Muskatnuss

(Tib.: dZa-ti)

Die Muskatnuss ist keine Nuss, sondern der innere Kern einer pfirsichartigen Frucht. Sie hat einen aromatischen, harzigen und warmen Geschmack und harmonisiert die rLung-Energie, u.a. auch Wind im Herzen [2]. Die Muskatnuss enthält etwa 10% ätherisches Öl. Das natürliche Vorkommen des Muskatbaums ist auf die Banda-Inseln, einen kleinen Archipel im Osten Indonesiens, beschränkt. Die Hauptproduktionsländer sind heute Indonesien und Grenada [2].

Chebulische Myrobalane (Tib.: a-ru-ra)

Die Myrobalanenfrucht beinhaltet fast alle Geschmacksrichtungen (süß, sauer, scharf, herb und bitter). Dadurch hat sie einen neutralen Charakter für den Organismus und übt so eine harmonisierende Wirkung auf die Körperenergien rLung, Tripa, Beken aus und ist Bestandteil sehr vieler Rezepturen der Tibetischen – und ayurvedischen Medizin, hier auch als Triphala bekannt. Wegen ihrer speziellen Bedeutung steht die Myrobalane als Symbol für das ganze System der Tibetischen – und Indischen Medizin und in Abbildung 3 hält der Medizinbuddha sie in der Hand. Die Myrobalane ist bekannt für ihre entzündungshemmenden und Srotas (Körperkanäle) reinigenden Eigenschaften [2].



Abb. 3: Der Medizinbuddha hält eine Myrobalanenfrucht (A-ru-ra) in der Hand.

Gewürznelken

(Tib.: Li-shi phye-ma)

Die getrockneten Blütenknospen des Gewürznelkenbaums haben einen stark aromatischen und süßen Geruch und weisen einen brennenden Geschmack auf. Gewürznelken können bis zu 15% ätherisches Öl enthalten. Der Nelkenbaum war ursprünglich in den Nordmolukken (Indonesien) heimisch. Der Name Nelke leitet sich von Nagel her, da die Knospen an die Form von Nägeln erinnert [2,4].

Mombinpflaume

(Tib.: sNying zho-sha)

Die nepalesische Mombinpflaume stammt aus dem nepalesischen Hochland. Ihre Frucht enthält einen harten Kern, umgeben von zartem, weißem Fruchtfleisch. Sie symbolisiert das Herz mit seinen Kammern. In der nepalesischen Küche wird die Frucht in Süßspeisen und als Konserve verwendet. Die Flavonoide als sekundäre Pflanzenstoffe wurden als Herz schützend erkannt [2].

Kaolin

(Tib.: Sa cu-gang)

Kaolin ist ein weißes Tongestein, das medizinisch zur Reinigung und Beruhigung des Magens und des Darms eingesetzt wird [2].

Weihrauch

(Tib.: sPos-dkar)

Als Weihrauch oder auch Olibanum wird das Harz von verschiedenen Bäumen der Gattung *Boswellia* bezeichnet. Weihrauchbäume kommen von Indien über den mittleren Osten bis nach Afrika vor. Nach Einritzen der Rinde tritt das wohlriechende Harz aus, das für seine entzündungshemmenden Eigenschaften bekannt ist. Die Forschung zeigt, dass Weihrauch auch gegen Arthrose, Morbus Crohn, Asthma und Glioblastome eingesetzt werden kann und beruhigende und schmerzstillende Eigenschaften hat [5]. Traditionell wird dem Harz eine Wirkung zur „Stärkung des Geistes und des Verstandes“ zugeschrieben. Das erklärt die Verwendung des Weihrauch bei kirchlichen Ritualen seit dem Mittelalter [2].

3.3. Medizinischer Hintergrund

Tibetische Arzneimittel sind Vielstoffgemische. Die Tibetische Materia Medica besteht aus einer grossen Anzahl pflanzlicher Wirkstoffe wie Blätter, Wurzeln, Blüten und Harze [6,12]. In geringem Umfang werden auch Mineralien und tierische Stoffe verwendet [10]. Die Klassifizierung der Substanzen erfolgt aufgrund beobachteter Wirkungen und sensorischer Eigenschaften wie Geschmack (süss, sauer, salzig, scharf, bitter, herb) Textur und Farbe [11]. Die Rohmaterialien werden meist in getrockneter, pulverisierter Form verwendet und entsprechend der Rezeptur gemischt [10]. Hauptsächlich verwendete galenische Formen sind Pulver, Kapseln Tabletten und Decocta. Das Padma Nerven-Tonikum ist ein in der Schweiz nach den Prinzipien der Tibetischen Medizin hergestelltes Arzneimittel auf Kräuterbasis gemäss einer der klassischen „Srog ‘zin 10“ (gesprochen: Sogzin)-Rezepturen. Diese Pflanzenkomposition hat gemäss tibetischer Charakterisierung einen adstringierenden (zusammenziehenden) Geschmack und wärmende Eigenschaften. Padma Nerventonikum ist sehr hilfreich bei der Behandlung von „Lung

(Wind)-Energie“ Störungen d.h. Störungen der Urkräfte durch einen Überschuss an Wind (rLung) Energie [7].

In der tibetischen Medizin betrachtet man die 3 Urkräfte als energetische Grundlage jeglichen Lebens. Sie heißen rLung, Tripa und Beken (vgl. Tab. 1).

Tabelle 1:

Die drei Körperprinzipien und ihre Charakteristika			
Körperprinzip	zugeordnete Elemente	Eigenschaften	Funktion im Körper
rLung	Wind/Luft	bewegend, kühl, lebenserhaltend	Gedanken, Vernunft, Bewegung, Blutfluss, Ausscheidung
Tripa	Feuer	heiß, abbauend, antreibend	Regulation der Körperwärme, Entschlusskraft, Verdauung, Sehen
Beken	Wasser und Erde	aufbauend, kalt, stabilisierend, verbindend	Strukturelle Grundlage des Körpers, Körperflüssigkeiten, Schlaf, Gelenke

In jedem Menschen kommen die drei Körperprinzipien in einem bestimmten Verhältnis vor. Sie sind dynamisch und schwingen immerzu um das persönliche Gleichgewicht eines Menschen. Diese individuelle Grundkonstitution kann als „Normalzustand“ angesehen werden. Der Mensch ist gesund (Abb. 4) [2].

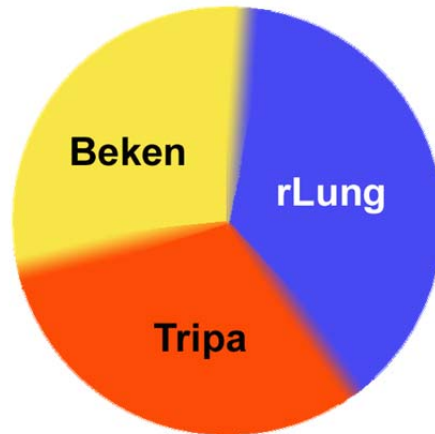


Abb. 4: Gesundheit als dynamisches Gleichgewicht zwischen den drei Körperenergien rLung – Tripa – Beken. Die individuelle Grundkonstitution schwingt um diesen „Normalzustand“ und wird durch Tages-, Jahreszeit, Lebensstil, Umwelt und Ernährung moduliert. [2]

Die individuelle Grundkonstitution kann anhand einem Typentest mit 30 Fragen bestimmt werden:

<p>Frage 1 Körpergrösse</p> <p>A <input type="radio"/> sehr gross oder sehr klein B <input type="radio"/> durchschnittlich C <input type="radio"/> gross oder klein</p>	<p>Frage 2 Körperbau</p> <p>A <input type="radio"/> feingliedrig B <input type="radio"/> durchschnittlich C <input type="radio"/> grobgliedrig</p>
<p>Frage 3 Neigung zu</p> <p>A <input type="radio"/> Untergewicht B <input type="radio"/> Normalgewicht C <input type="radio"/> Übergewicht</p>	<p>Frage 4 Kopfform</p> <p>A <input type="radio"/> schmal B <input type="radio"/> oval, kantig C <input type="radio"/> rund</p>
<p>Frage 5 Gesichtshaut</p> <p>A <input type="radio"/> trocken, Neigung zu Falten B <input type="radio"/> normal, empfindlich, wenig Falten C <input type="radio"/> eher fett, grobporig, faltenfrei</p>	<p>Frage 6 Hände und Füsse</p> <p>A <input type="radio"/> meistens kühl und trocken B <input type="radio"/> warm, oft verschwitzt C <input type="radio"/> feucht und kalt</p>
<p>Frage 7 Stimme</p> <p>A <input type="radio"/> schwach, leise, teilweise rau B <input type="radio"/> kräftig, durchdringend C <input type="radio"/> angenehm, tief, sonor, melodiös</p>	<p>Frage 8 Sprache</p> <p>A <input type="radio"/> sprudelnd, redet viel und schnell B <input type="radio"/> klar, eloquent, bestimmt C <input type="radio"/> ruhig, nicht sehr gesprächig</p>
<p>Frage 9 Aktivität</p> <p>A <input type="radio"/> hyperaktiv und schnell erschöpft B <input type="radio"/> normal aktiv C <input type="radio"/> wenig aktiv, langsam</p>	<p>Frage 10 Nach körperlicher Anstrengung</p> <p>A <input type="radio"/> schnell erschöpft und/oder überdreht B <input type="radio"/> fühlt sich überhitzt und unwohl C <input type="radio"/> fühlt sich wohl, ist müde</p>

Abb. 5: Typentest zur Bestimmung der individuellen energetischen Konstitution [8]

Ein Überschuss an rLung-Energie, der über längere Zeit bestehen bleibt, kann psychische und physische Folgen nach sich ziehen. Windstörungen äußern sich z.B. in Nervosität, Anspannung, Verwirrtheit, übermäßigem Grübeln, Ein- und Durchschlafstörungen, hektischer und oft zielloser Aktivität, Konzentrationsschwierigkeiten, Herzflattern, Gefühl von ziellos

gesteigerter Energie, Ängstlichkeit, Burn out, Störungen im Verdauungs-und Harntrakt (Abb.6) [9].

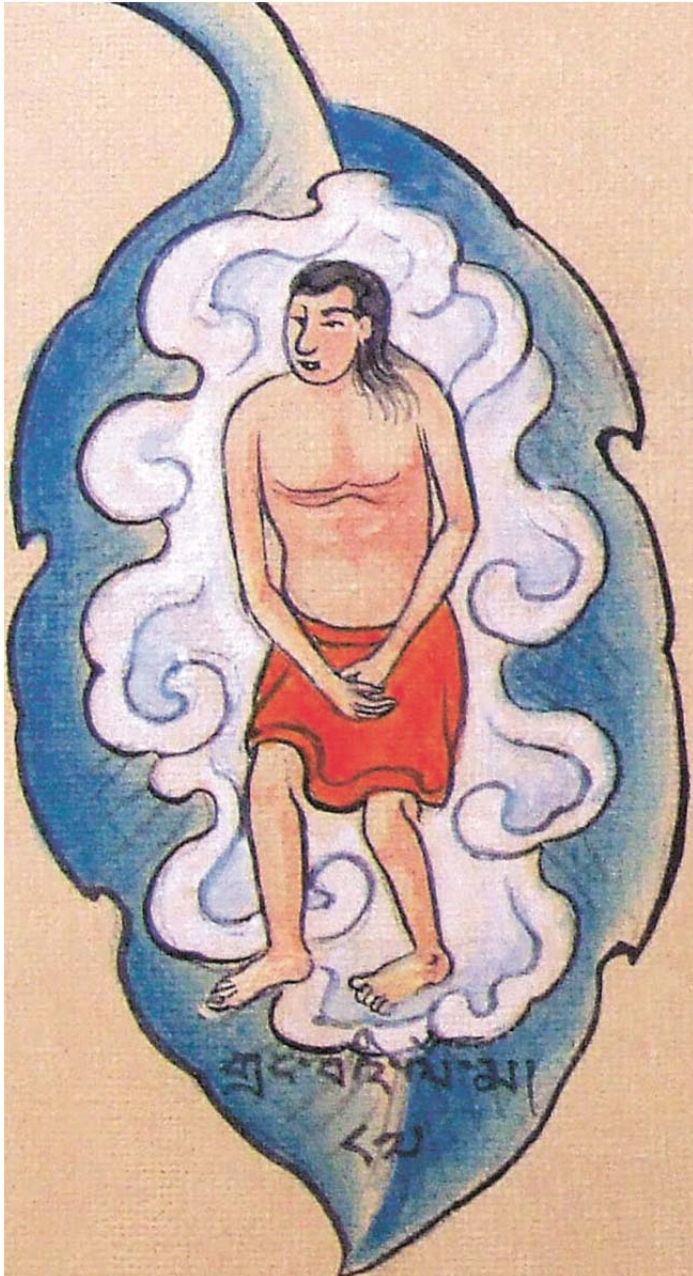


Abb. 6: Ausschnitt aus dem 1. Medizintantra (Wurzeltantra) der Krankheitsursachen. Die rLung-Energie wird als kalt angesehen. (nach einem Bild von Dr. Dawa, Dharamsala, Indien)

Da peri-postmenopausalen Beschwerden wie Herzrasen, Schlafstörungen, Gelenk-Muskelschmerzen, Ängste,

Reizbarkeit, Harnwegsprobleme klassischerweise in den alten Schriften als Windstörung beschrieben werden, wäre es aus traditionell medizinisch-tibetischer Sicht nicht verwunderlich, wenn sich unsere Beobachtungen im Hinblick auf eine Verbesserung der klassischen Wechseljahrbeschwerden nach Einnahme von Padma Nerventonikum erhärten liessen.

4. Methodik

Es wurden 11 Patientinnen im Alter von 39 bis 66 Jahren, im Schnitt 53,9 Jahre alt, untersucht. Baseline war das Auftreten der peri-postmenopausalen Beschwerden gemäss Menopause Rating Scale II RS (Tafel 1). Es wurden Patientinnen ohne Beachtung einer möglichen Nebendiagnose wie z.B. einer Karzinomerkrankung (v.a. mit und ohne Mammakarzinom) in der Anamnese in die Beobachtung mit eingeschlossen. Die Mammakarzinom - Patientinnen waren teilweise operiert, standen unter Chemotherapie, Antihormontherapie und /oder Radiotherapie. Ausschlaggebend und bei allen Patientinnen gleich waren die peri-bzw. postmenopausalen Beschwerden.

Die Therapie erfolgte wenn folgende Symptome diagnostiziert wurden:

(die Schwere der Symptome in dieser Reihenfolge abnehmend)

- Hitzewallungen
- Schlafstörungen
- Unruhezustände
- Reizbarkeit
- Palpitationen.

Wir haben alle Patientinnen, die uns in der ambulanten Sprechstunde über obige Symptome berichteten und bereit waren mit einem Fragebogen die Wirkung der Zubereitung selbst zu beobachten, am Tag 1 mittels Menopause Rating Scale II (MRS, Abb. 7) schriftlich befragt.

Nach 4 Wochen wurden im Rahmen der üblichen Konsultationen die Patientinnen erneut untersucht und der Therapieerfolg mit Hilfe des Fragebogens konkretisiert, nachdem sie 4 Wochen lang Padma Nerventonikum in einer Dosierung von 2-0-2 Tabl.

gemäss Empfehlungen des Hersteller eigenommen hatten. Wir befragten sie erneut schriftlich mittels MRS. Alle Patientinnen haben uns versichert, in dieser Zeit keine weiteren pflanzlichen Zubereitungen oder gar Hormone gegen Hitzewallungen eingenommen zu haben.

Abbildung 1: Menopause Rating Scale II (MRS)

Welche der folgenden Beschwerden haben Sie zurzeit?
 Kreuzen Sie bitte jede Beschwerde an und wie stark Sie davon betroffen sind.
 Wenn Sie eine Beschwerde nicht haben, kreuzen Sie bitte «keine» an.

Beschwerden:

	keine Punktwert = 0	leicht 1	mittel 2	stark 3	sehr stark 4
1. Wallungen, Schwitzen (aufsteigende Hitze, Schweissausbrüche)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Herzbeschwerden (Herzklopfen, Herzrasen, Herzstolpern, Herzbeklemmungen)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Schlafstörungen (Einschlafstörungen, Durchschlafstörungen, zu frühes Aufwachen)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Depressive Verstimmung (Mutlosigkeit, Traurigkeit, Weinerlichkeit, Antriebslosigkeit, Stimmungsschwankungen)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Reizbarkeit (Nervosität, innere Anspannung, Aggressivität)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Ängstlichkeit (innere Unruhe, Panik)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Körperliche und geistige Erschöpfung (allgemeine Leistungsminderung, Gedächtnisminderung, Konzentrationsschwäche, Vergesslichkeit)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Sexualprobleme (Veränderung des sexuellen Verlangens, der sexuellen Betätigung und Befriedigung)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Harnwegsbeschwerden (Beschwerden beim Wasserlassen, häufiger Hamdrang, unwillkürlicher Harnabgang)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Trockenheit der Scheide (Trockenheitsgefühl oder Brennen der Scheide, Beschwerden beim Geschlechtsverkehr)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Gelenk- und Muskelbeschwerden (Schmerzen im Bereich der Gelenke, rheumähnliche Beschwerden)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Quelle: Heinemann, L., Potthoff, P., Schneider, H.: International versions of the Menopause Rating Scale (MRS). Health Qual Life Outcomes. 2003; 1: 28.
 (Deutsche Version, kann mit Genehmigung der Herausgeber aus dem Internet* abgerufen und zum persönlichen Gebrauch verwendet werden.) www.pubmedcentral.nih.gov/articlerender.fcgi?artid=183844#S2

Abb. 7 : Menopause Rating Scale II MRS

5. Ergebnisse

Wir haben die Ergebnisse vom Tag 0 (blau) und Tag 30 (rot) in Form von Säulen und Spinnennetzen graphisch dargestellt.

Hitzewallungen

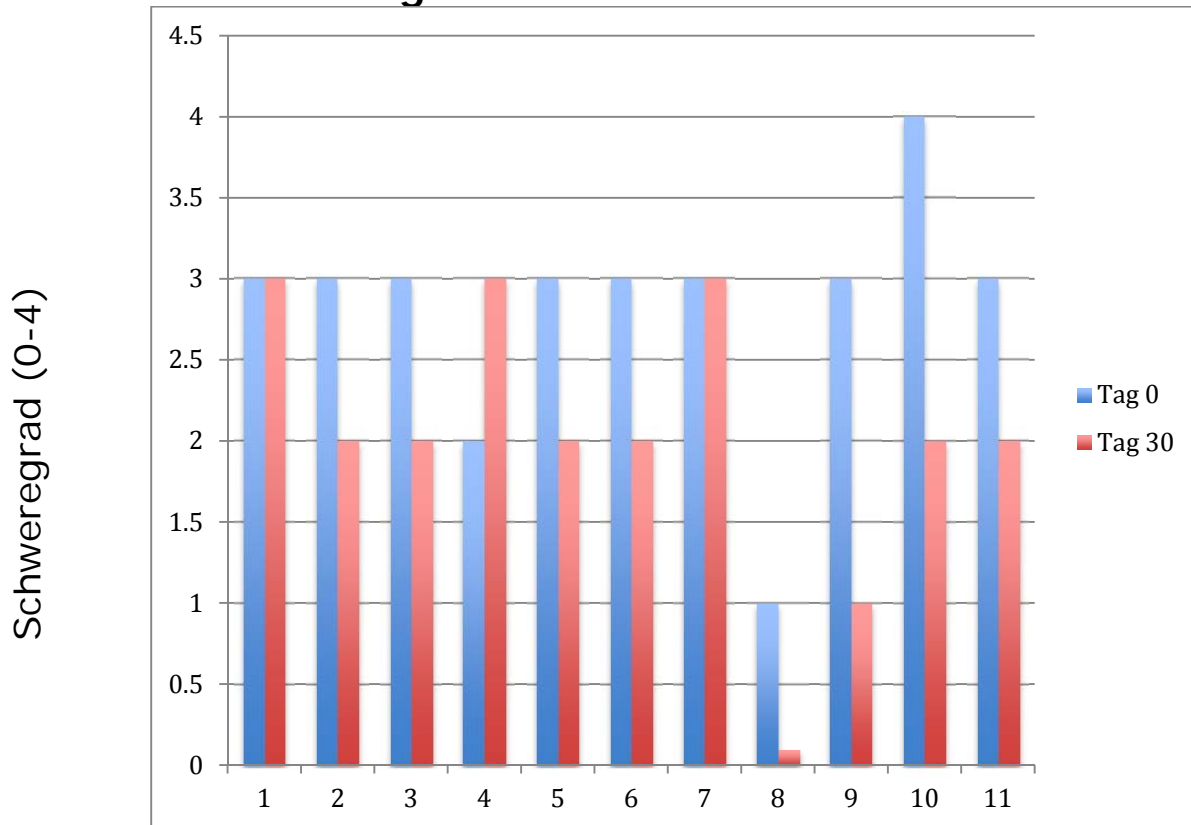


Abb.8: Veränderung des Schweregrad für Hitzewallungen aufgelistet für jede Patientin nach 4 wöchiger Einnahme von Padma Nerventonikum

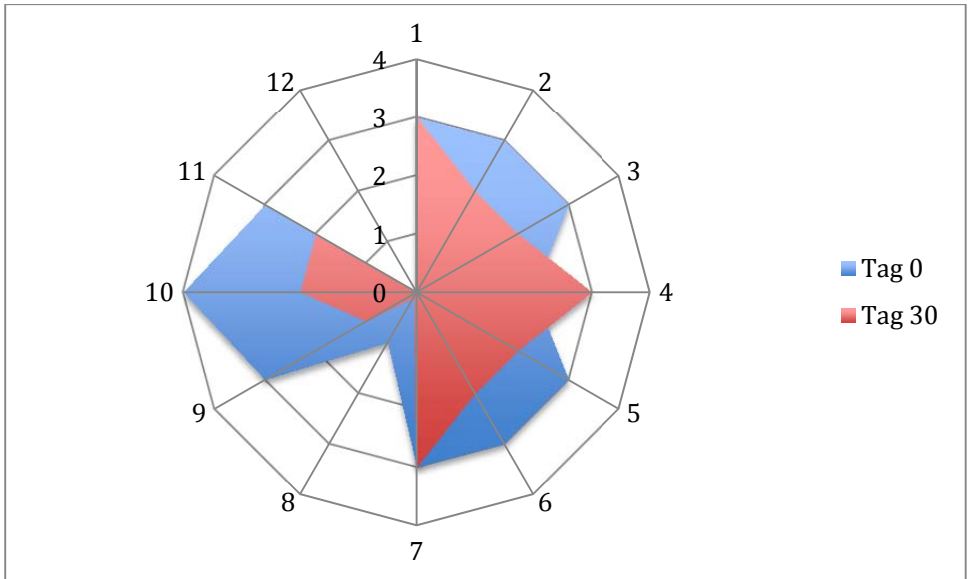


Abb.9: Veränderung des Schweregrad für Hitzewallungen aufgelistet für jede Patientin nach 4 wöchiger Einnahme von Padma Nerventonikum

Es kam bei 8 von 11 Patientinnen zu einer deutlichen Verbesserung der Hitzewallungen, bei 2 Patientinnen blieben die Symptome gleich, bei 1 Patientin wurden die Hitzewallungen stärker.

Herzbeschwerden

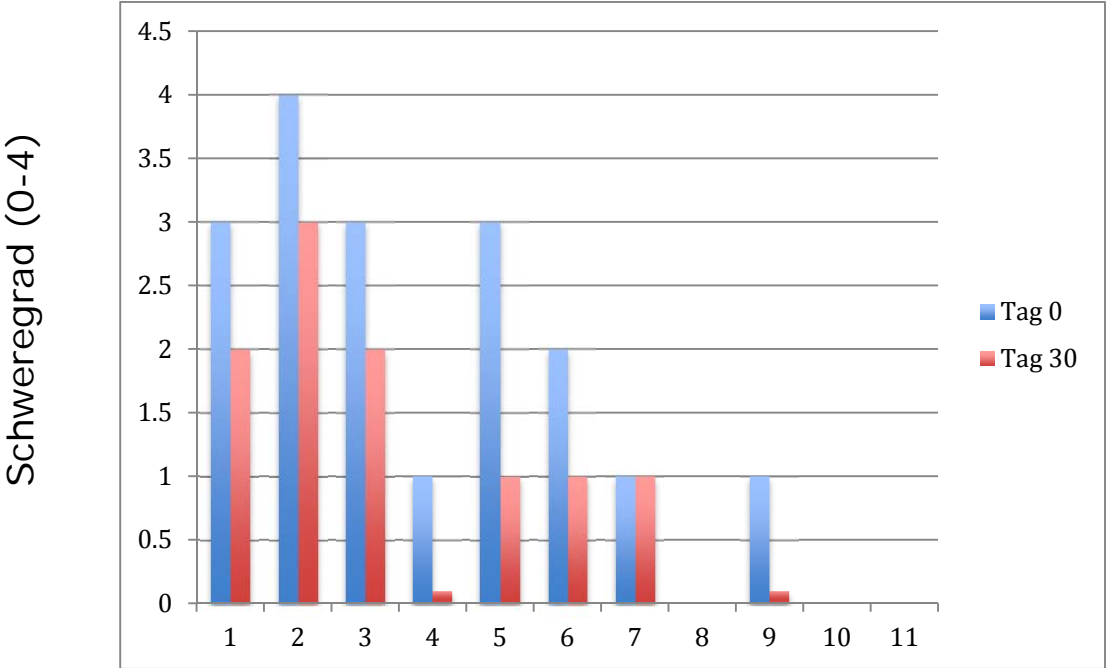


Abb. 10: Veränderung des Schweregrades der Herzbeschwerden nach 4 wöchiger Einnahme von Padma Nerventonikum

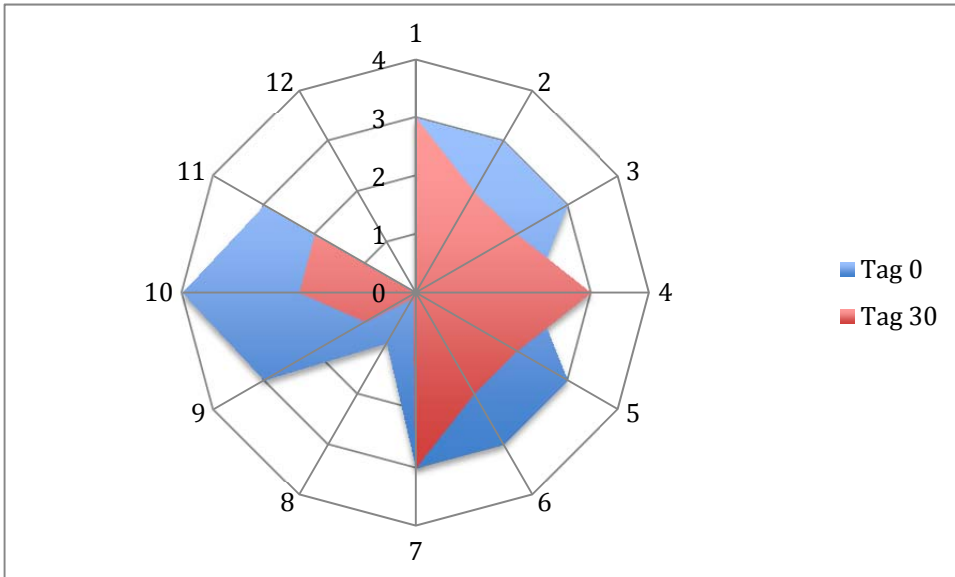


Abb.: 11: Veränderung des Schweregrades der Herzbeschwerden nach 4 wöchiger Einnahme von Padma Nerventonikum. Patientinnen 8, 10 und 11 gaben diesbezüglich keine Beschwerden an.

Es kam zu einer Besserung der Herzbeschwerden bei 8 von 8 Patientinnen; 3 Patientinnen hatten von Beginn weg keine kardialen Probleme.

Schlafstörungen

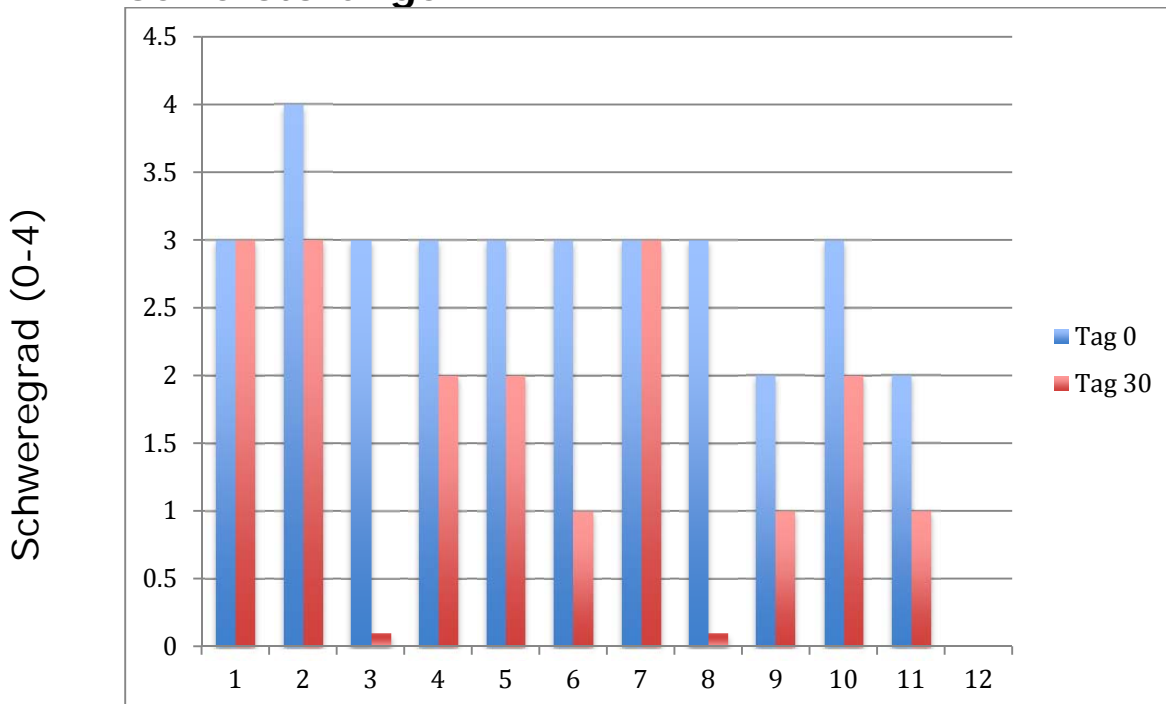


Abb. 12: Veränderung des Schweregrades der Schlafstörungen nach 4 wöchiger Einnahme von Padma Nerventonikum

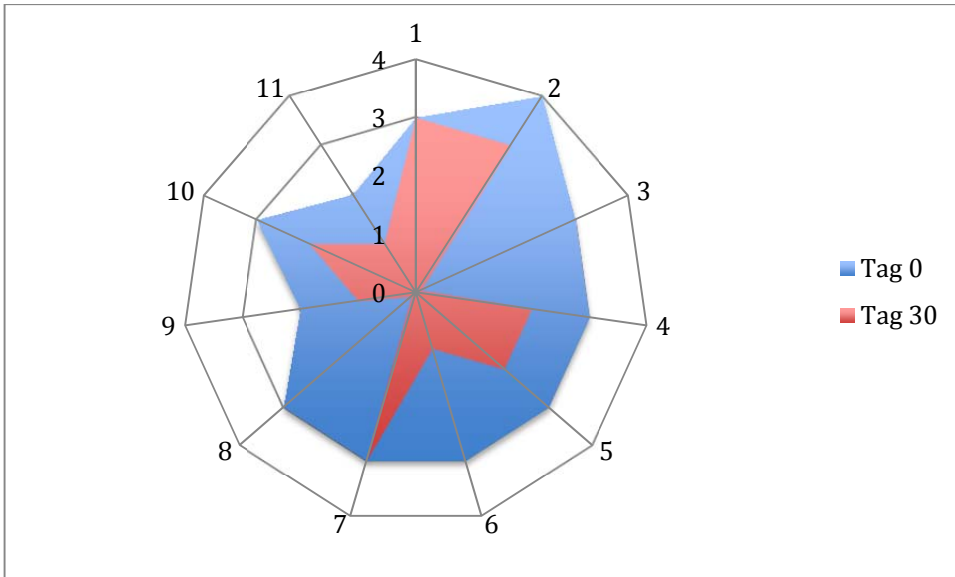


Abb. 13: Veränderung des Schweregrades der Schlafstörungen nach 4 wöchiger Einnahme von Padma Nerventonicum
Patientin 12 gab diesbezüglich keinerlei Beschwerden an.

Bei 9 von 11 Patientinnen besserten die Schlafstörungen deutlich, bei 1 Patientin blieb die Symptomatik unverändert, 1 Patientin litt nicht unter Insomnie.

Depression

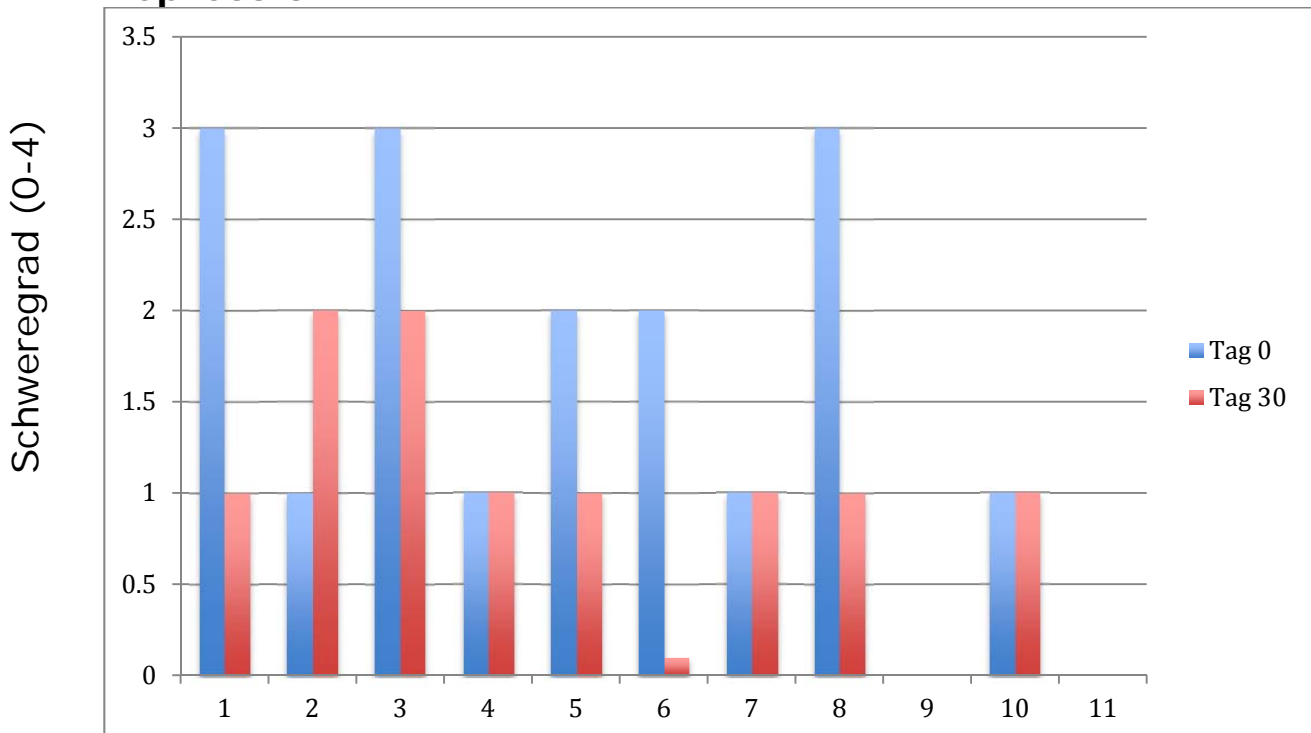


Abb. 14: Veränderung des Schweregrades der depressiven Verstimmung nach 4 wöchiger Einnahme von Padma Nerventonicum

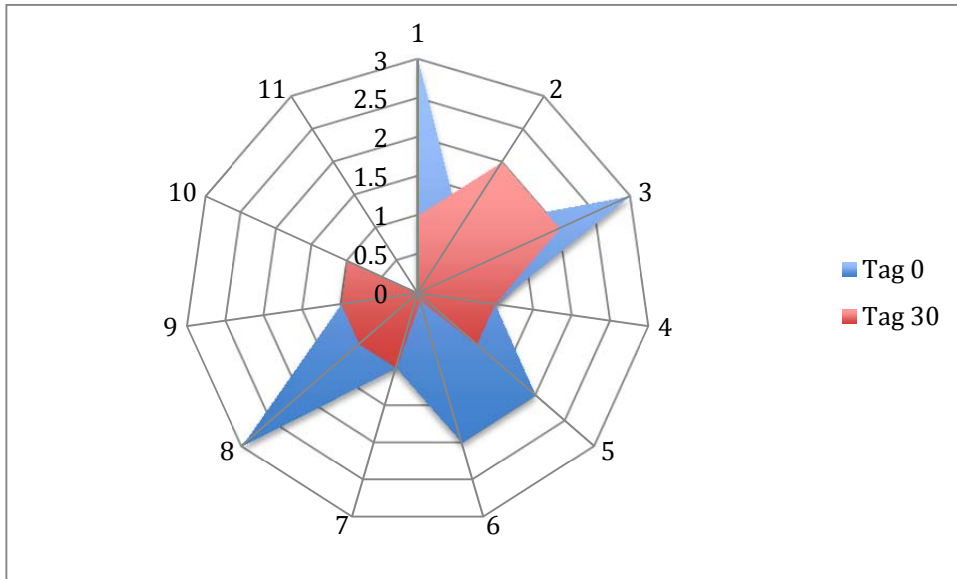


Abb.15: Veränderung des Schweregrades der depressiven Verstimmung nach 4 wöchiger Einnahme von Padma Nerventonicum
 Patientinnen 9 und 11 gaben diesbezüglich keine Beschwerden an.

5 Patientinnen von 11 gaben eine deutliche Verbesserung ihrer depressiven Verstimmung an, 3 Patientinnen bemerkten keine Veränderung nach 4 Wochen. 1 Patientin beklagte eine Zunahme der Depression und 2 Patientinnen waren von Beginn weg diesbezüglich beschwerdefrei.

Reizbarkeit

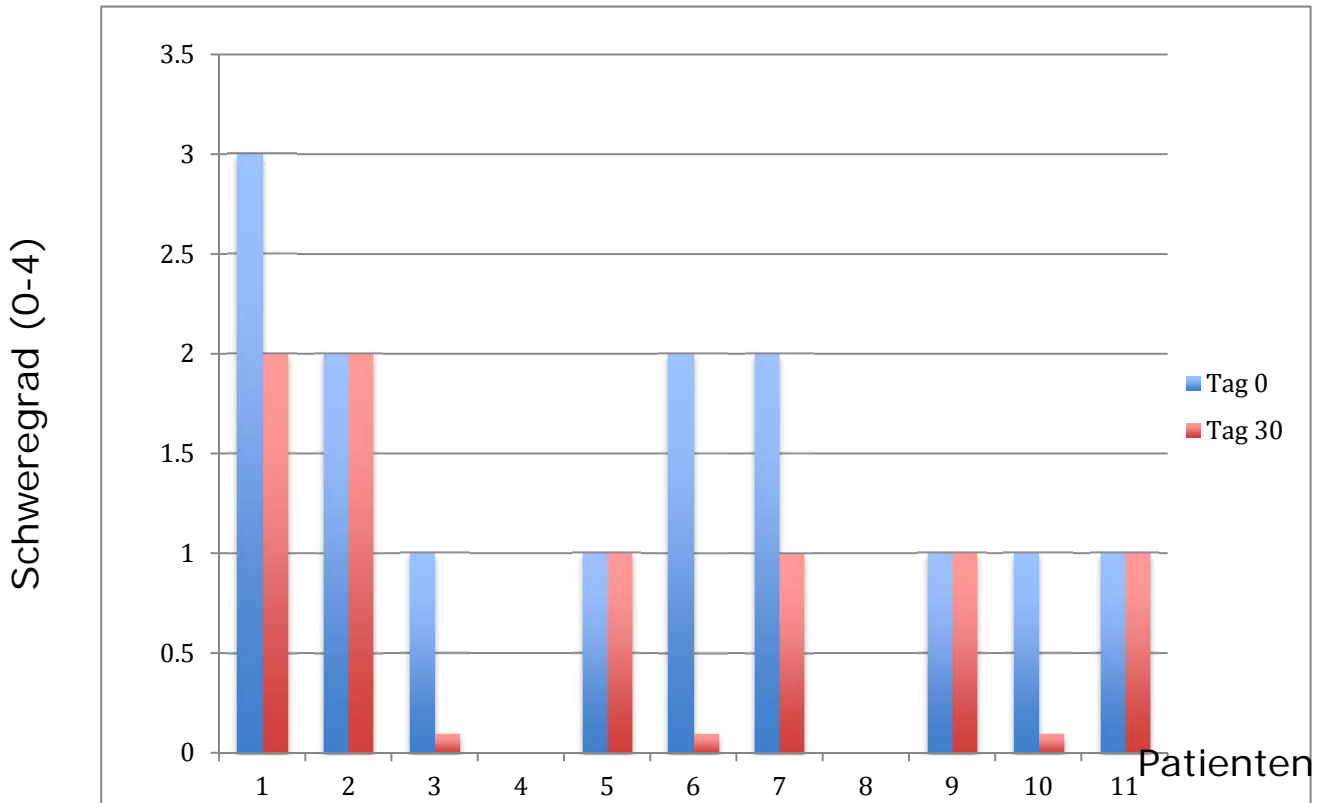


Abb. 16: Veränderung des Schweregrades der Reizbarkeit nach 4 wöchiger Einnahme von Padma Nerventonikum

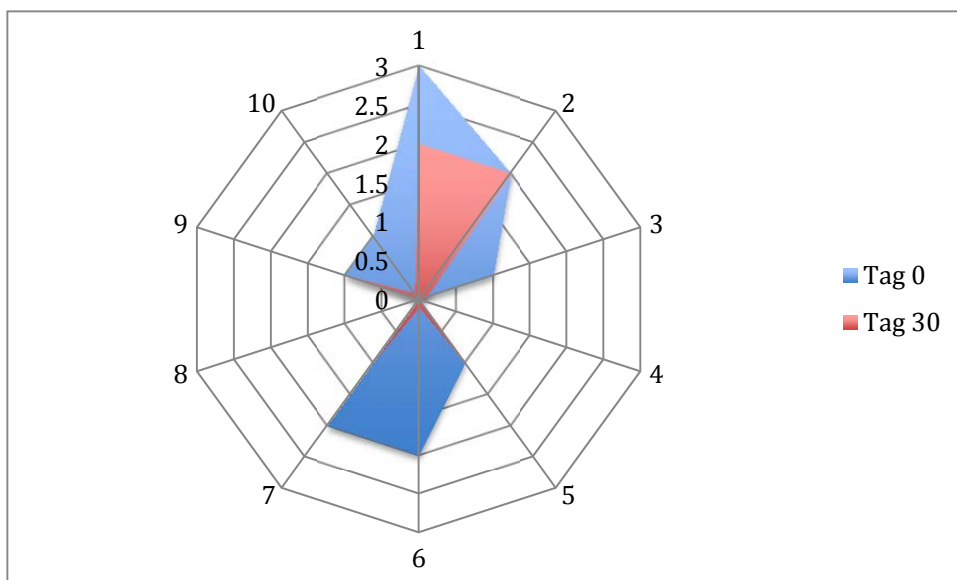


Abb. 17: Veränderungen des Schweregrades der Reizbarkeit nach 4 wöchiger Einnahme von Padma Nerventonikum

5 Patientinnen bemerkten eine deutliche Besserung ihrer Reizbarkeit, 3 Patientinnen bemerkten keine Verbesserung der Stimmungslage, Patientinnen 4 und 8 gaben diesbezüglich keinerlei Beschwerden an.

Angststörung

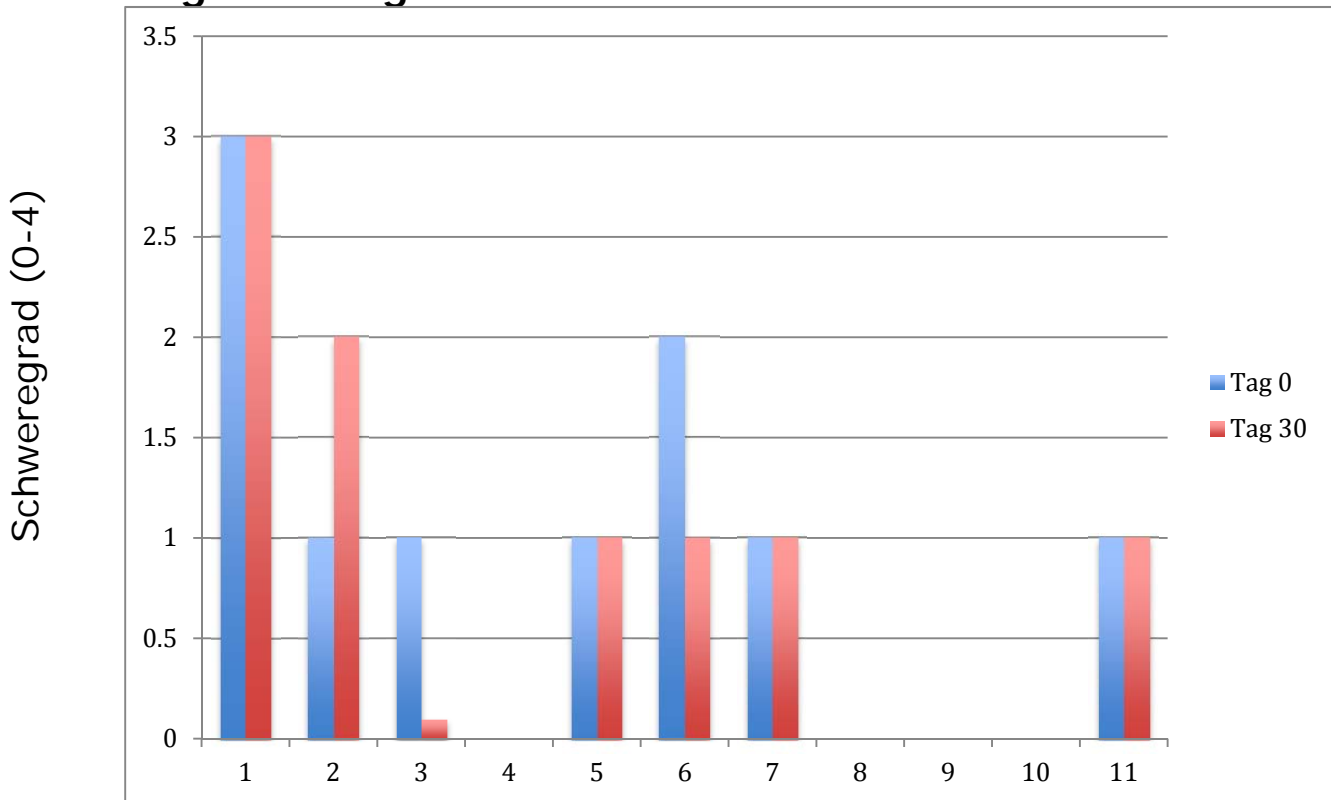


Abb. 18: Veränderung des Schweregrades der Angst nach 4 wöchiger Einnahme von Padma Nerventonikum

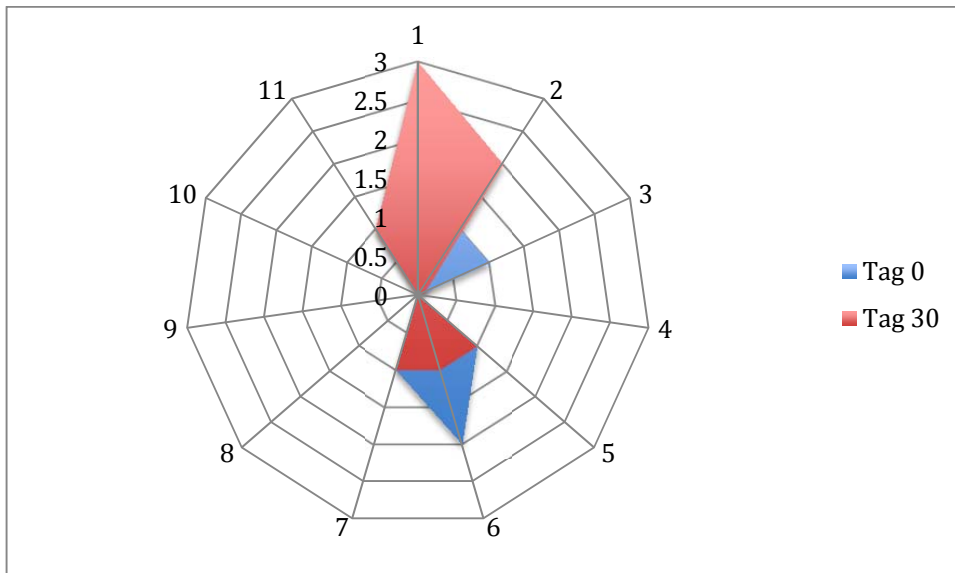


Abb. 19: Veränderung des Schweregrades der Angst nach 4 wöchiger Einnahme von Padma Nerventonikum
Patientinnen 4, 8, 9 und 10 gaben diesbezüglich keinerlei Beschwerden an.

Eine Patientin bemerkte eine Verbesserung der Angstsymptomatik, für 3 Patientinnen blieb die Symptomatik unverändert, Patientin 2 beklagte eine grössere Angststörung nach 4 Wochen Einnahme von Padma Nerventonikum. 4 Patientinnen litten gar nie an einer Angststörung.

Fatigue

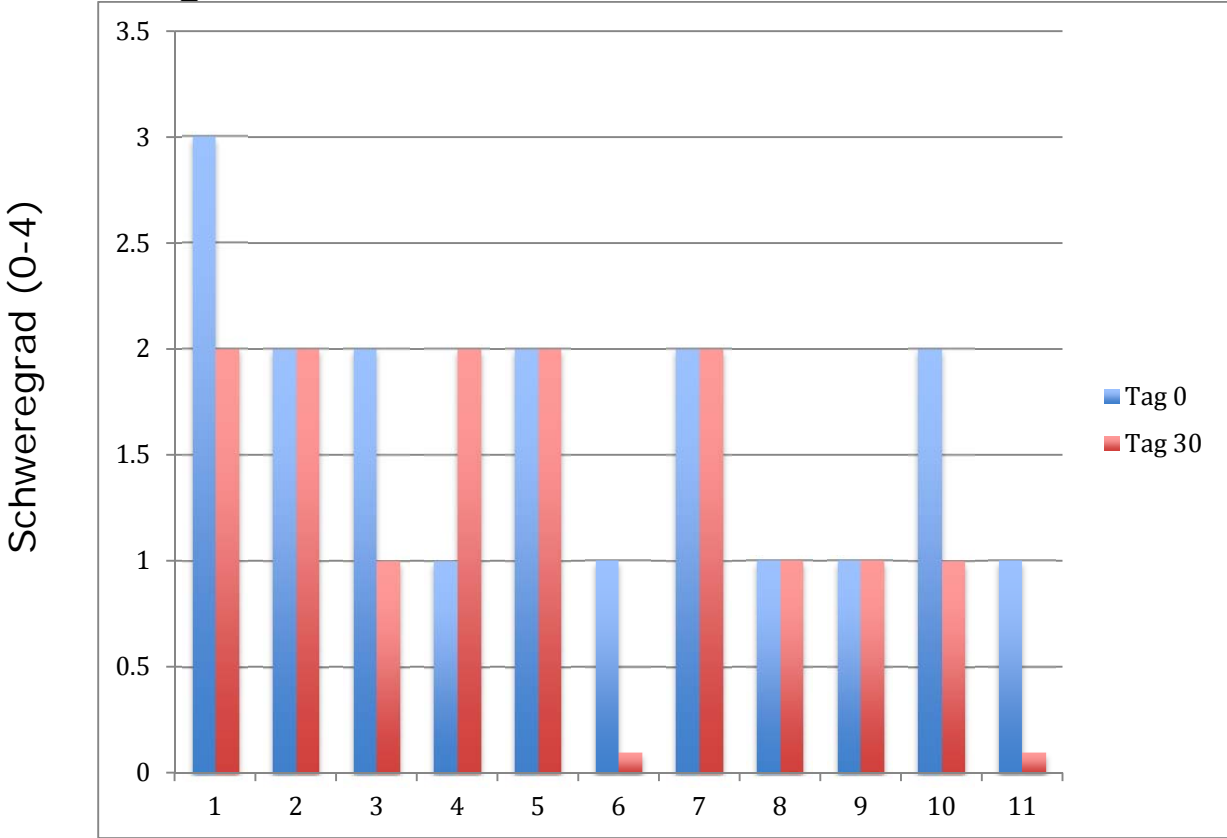


Abb. 20: Veränderung des Schweregrades der Erschöpfung nach 4 wöchiger Einnahme von Padma Nerventonikum

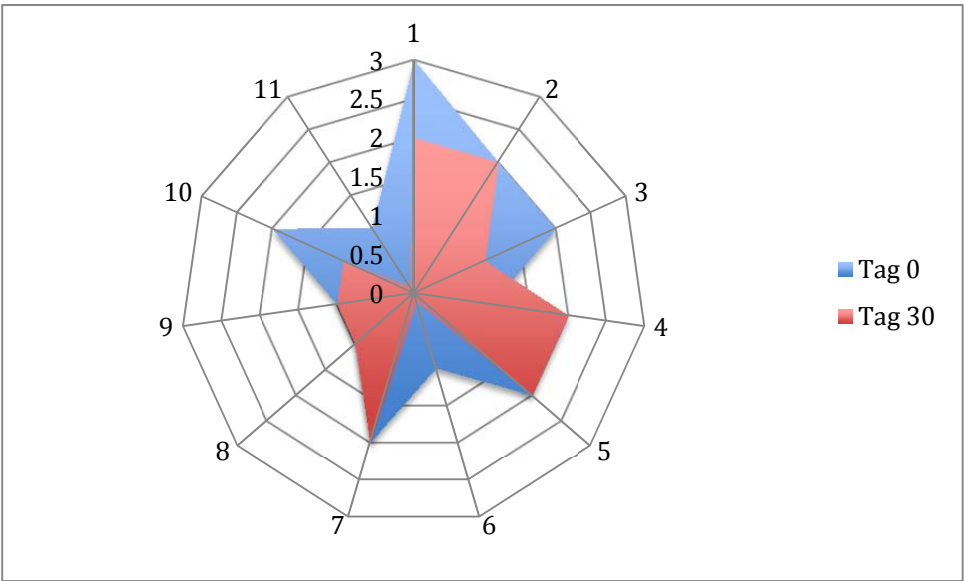


Abb: 21: Veränderung des Schweregrades der Erschöpfung nach 4 wöchiger Einnahme von Padma Nerventonikum

Bei 5 Patientinnen kam zu einer Verbesserung der Erschöpfung, 5 Patientinnen beschrieben eine konstante Symptomatik, bei einer Patientin kam es zu einer Verschlechterung des Fatigue-Syndrom.

Sexualprobleme

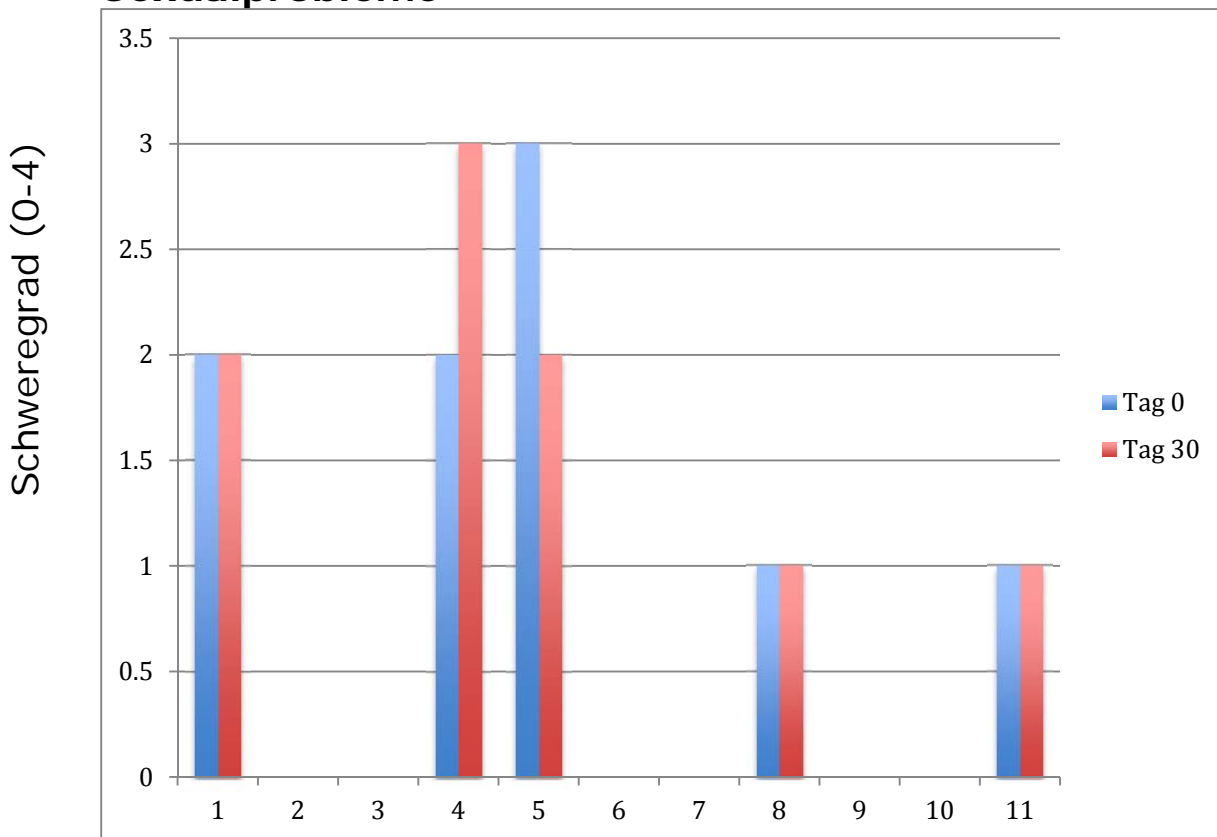


Abb.22: Veränderung des Schweregrades der Sexualprobleme nach 4 wöchiger Einnahme von Padma Nerventonikum

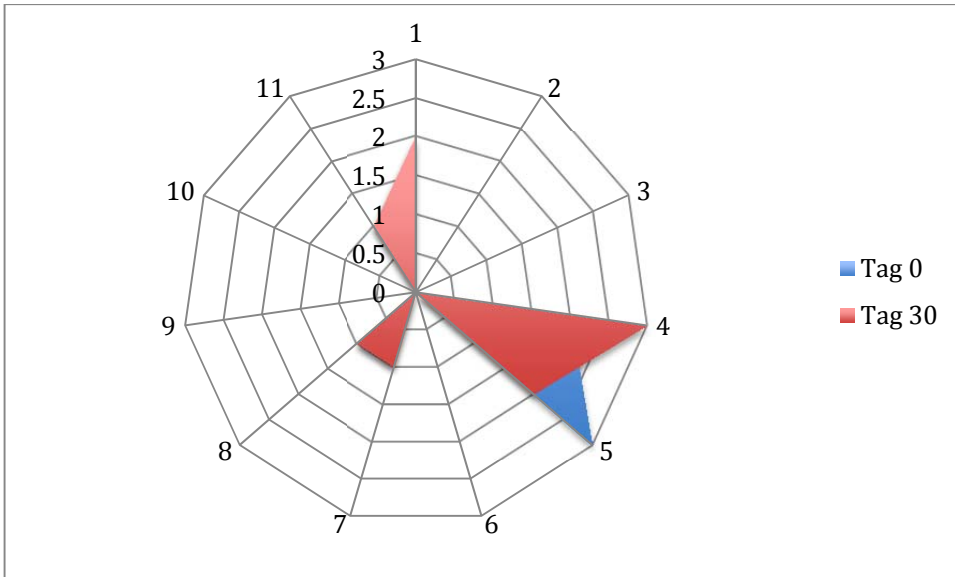


Abb.23: Veränderung des Schweregrades der Sexualprobleme nach 4 wöchiger Einnahme von Padma Nerventonicum
 Patientinnen 2,3,6,7,9 und 10 gaben diesbezüglich keine Beschwerden an.

6 Patientinnen verzeichneten keine Sexualprobleme seit der Menopause zu haben, eine Patientin beschrieb eine Verbesserung, bei 3 Patientinnen blieb die Störung konstant, 1 Patientin gab eine Progredienz der Störung an.

Harnwegsprobleme

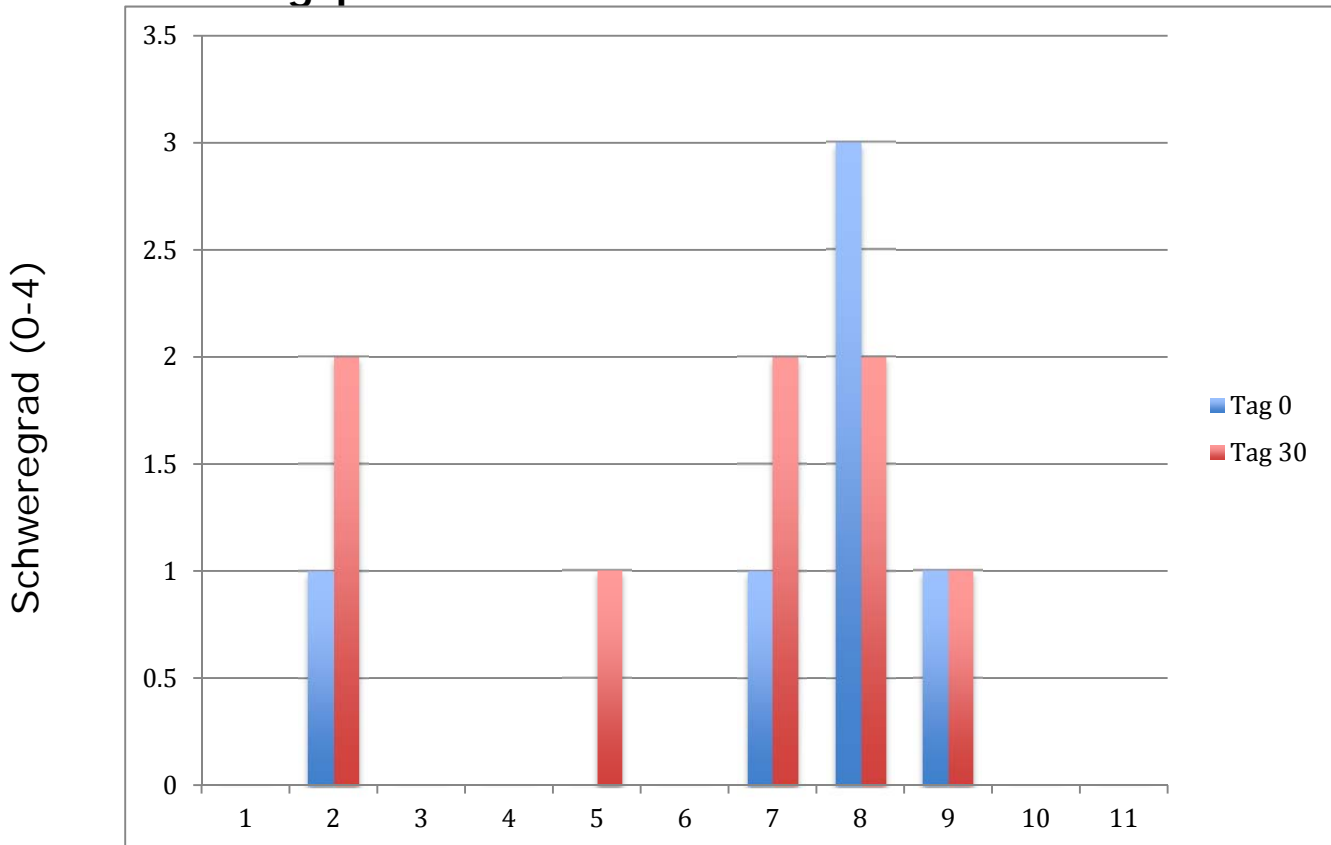


Abb.24: Veränderung des Schweregrades der Harnwegsprobleme nach 4 wöchiger Einnahme von Padma Nerventonikum

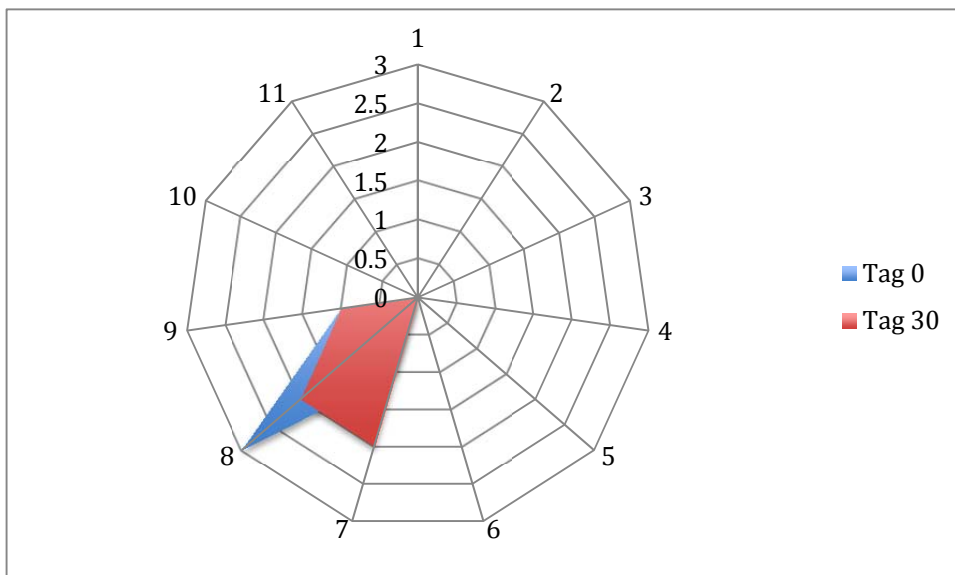


Abb.25: Veränderung des Schweregrades der Harnwegsprobleme nach 4 wöchiger Einnahme von Padma Nerventonikum
Patientinnen 1,3,4,6,10 und 11 gaben diesbezüglich keine Beschwerden an.

7 Patientinnen waren ohne Harnwegsprobleme, 1 Patientin davon entwickelte während der Therapie einen Harnwegsinfekt, bei 2 Patientinnen kam es zu einer Verschlimmerung, eine Patientin blieb ohne Veränderung der Symptome und 1 Pat. gab diesbezüglich eine Verbesserung an.

Vaginale Trockenheit

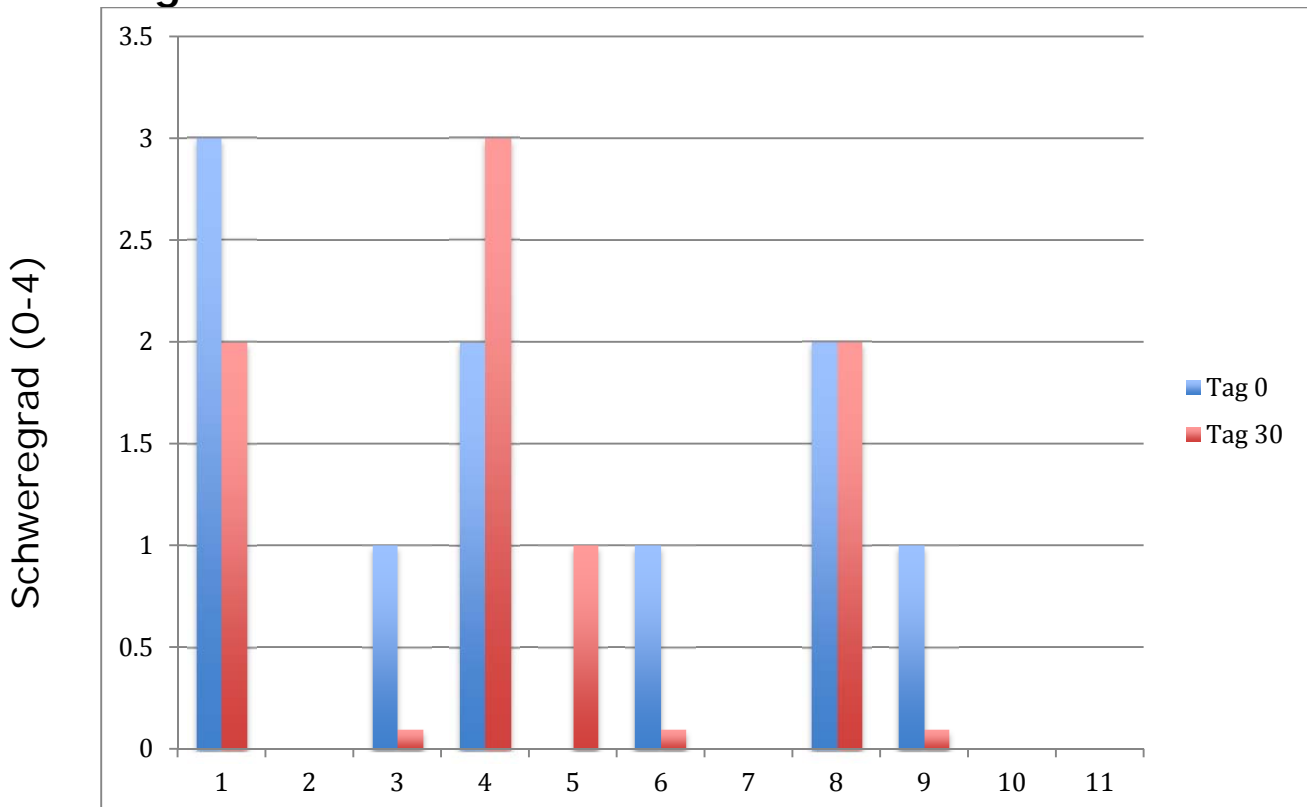


Abb.26: Veränderung des Schweregrades der vaginalen Trockenheit nach 4 wöchiger Einnahme von Padma Nerventonikum.

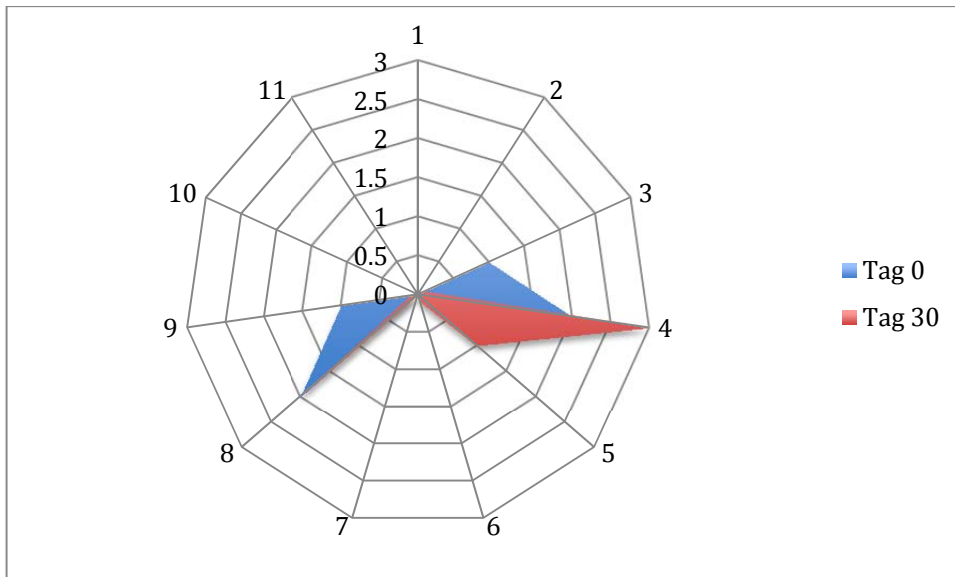


Abb.27: Veränderung des Schweregrades der vaginalen Trockenheit nach 4 wöchiger Einnahme von Padma Nerventonikum

Patientinnen 2,7,10 und 11 gaben diesbezüglich keinerlei Beschwerden an.

4 Patientinnen konnte nach Einnahme von Padma Nerventonikum eine Besserung der vaginalen Trockenheit verzeichnen, 1 Patientin war anfangs beschwerdefrei, entwickelte jedoch innerhalb der 30 Tage eine Symptomatik, eine Patientin beklagte eine Zunahme der Symptome und bei einer Patientin blieben die Beschwerden konstant. Allerdings zeigten 4 von 11 Patientinnen von Beginn weg keine Symptomatik.

Gelenk-Muskelschmerzen

Schweregrad (0-4)

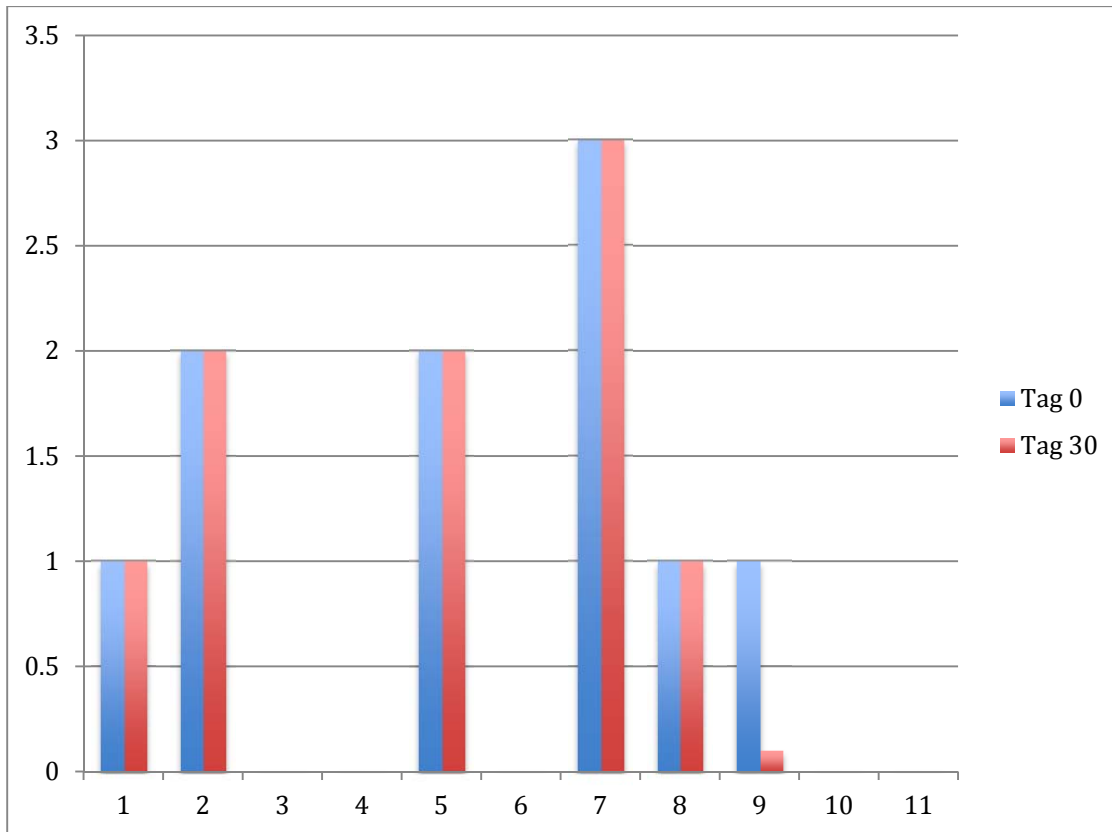


Abb.28: Veränderung des Schweregrades der Gelenk- und Muskelschmerzen nach 4 wöchiger Einnahme von Padma Nerventonikum

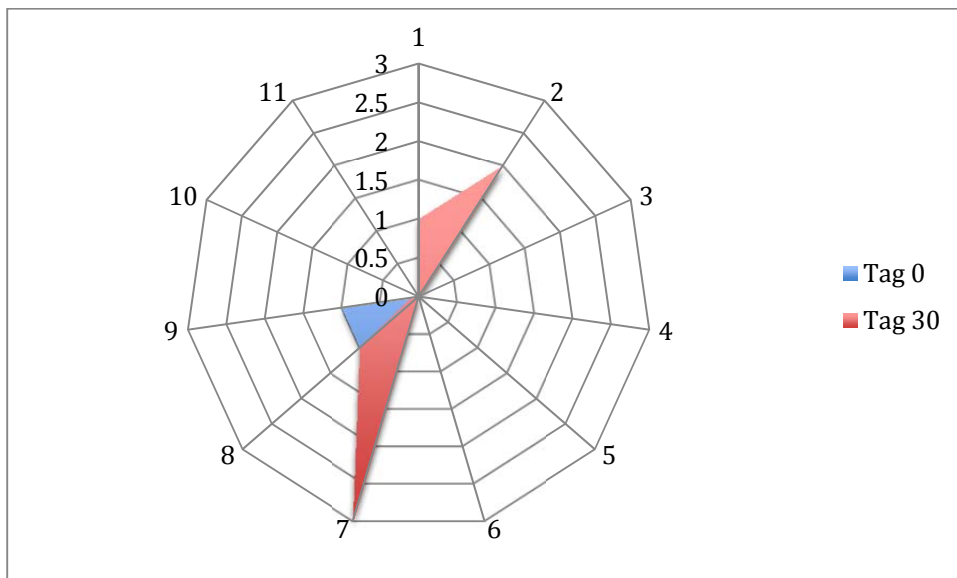


Abb. 29: Veränderung des Schweregrades der Gelenk- und Muskelschmerzen nach 4 wöchiger Einnahme von Padma Nerventonikum

Patientinnen 3,4,6,10 und 11 gaben diesbezüglich keine Beschwerden an.

5 Patientinnen waren ohne Gelenk- und Muskelschmerzen, bei 5 Patientinnen blieb die Symptomatik konstant, 1 Patientin berichtete eine deutliche Verbesserung.

6. Diskussion

Ungleichgewichte in der Windenergie können im Körper multiple Symptome hervorrufen, u.a. auch eine Mitursache von Wechseljahrbeschwerden sein. Oftmals sehen wir physische Probleme in Form von Schmerzen, Unruhezuständen, Herzproblemen, Schlafstörungen, Reizbarkeit und mentale Spannungen [2,10,11]. In den Tibetischen Medizinalbüchern finden wir diese Symptomatik gut beschrieben, so dass es sich anbietet, peri-menopausale Beschwerden mit Rezepturen zu therapieren, die das rLung Element ausgleichen. Entsprechend der Tibetischen Charakterisierung kann die Rezeptur bitter, süß und scharf den Organismus wärmen. Die gut ausgewogene Zusammensetzung erzeugt eine subtile Balancierung des Windelementes und kann somit Energieblockaden ausgleichen. Srog`zin unterstützt die emotionale Balance [2].

Nicht verwunderlich sind daher die Ergebnisse unserer Beobachtungen. Es zeigt sich bereits bei dieser kleinen Fallzahl von 11 Patientinnen, dass es Sinn machen würde, eine grössere Studie mit mehr Patientinnen zu lancieren im Hinblick auf die Wirksamkeit von Padma Nerventonicum bei Wechseljahrbeschwerden. Aussagen über die Veränderungen der Symptome, bei denen bereits von Beginn weg ein Grossteil der Patientinnen symptomlos war, können kaum getroffen werden. Es bleibt aber auch hier zu erwarten, dass bei grösserer Fallzahl mit entsprechenden Symptomen ein positiver Effekt sowohl auf Harnwegssymptome, Ängstlichkeit, Erschöpfung, Sexualprobleme, Gelenk-Muskelschmerzen zu erwarten sein könnte, da auch diese Symptome durch ein Ungleichgewicht im rLung begünstigt werden.

7. Literaturverzeichnis

1. Information Padma Nerventonikum:

<http://www.padma.ch/produkte/weitere-produkte-ch/kantonale-arzneimittel/padma-nerven-tonikum.html>,
download 16.2.2015

2. Vennos C., Schwabl H.: Srog'zin 10 a Tibetan formula for times of crisis and unrest- keeping one's nerve in spite of high pressure. Journal of Traditional Tibetan Medicine 2010; 8-13.

3. Pflanzenportrait Bockshornklee (Trigonella foenum-graecum L.): <http://www.padma.ch/pflanzen/pflanzenportraits/s-z/trigonella-foenum-graecum>, download vom 16.2.2015

4. Saller, R., Bettschart R.: Die Heilkraft der Gewürze, Von Anis bis Zimt, Gräfe und Unzer Verlag GmbH München, 5. Auflage 2002.

5. Kirste S et al. Boswellia serrata acts on cerebral edema in patients irradiated for brain tumors - an RCT. Cancer 2011 Aug 15; 117(16): 3788-95

6. Quinlan Forde R.: The Book of Tibetan Medicine, Gaia Books Verlag London, 1. Auflage 2008.

7. Kletter C, Kriechbaum M.: Tibetan Medicinal Plants, Medpharm Verlag Stuttgart, 1. Auflage 2001.

8. Typentest Tibetische Medizin:

<http://www.padma.ch/tibetische-medizin/typentest.html>,
download vom 16.2.2015

9. Vennos C., Schwabl H.: Leistungsfähig bleiben in Zeiten der Krise. Promed komplementär March 2010; Volume 17, pp 14-16

10. Shamsuzzaman AS., Gersh BJ., Somers VK.: Obstructive sleep apnea: implications for cardiac and vascular disease. JAMA 2003; 290: 1906-14.

Feldfunk

Feldfunk

Feldfunk

11. van Leeuwen WMA, Lehto M, Karisola P, Lindholm H, Luukkonen R, et al.: (2009) Sleep Restriction Increases the Risk of Developing Cardiovascular Diseases by Augmenting Proinflammatory Responses through IL-17 and CRP. PLoS ONE 4(2): e4589. doi:10.1371/journal.pone.0004589

12. Schwabl H, Geistlich S, Mc Hugh E.: Tibetische Arzneimittel in Europa: Historische, praktische und regulatorische Aspekte. Forsch Komplementärmedizin 2006; 13(suppl 1): 1-6