

# *Mit Hausmitteln in den Stall*



Mehr zu Tier-  
gesundheit und  
Phytotherapie



[bioaktuell.ch](http://bioaktuell.ch)

# Natürliche Arzneimittel können eine Alternative oder Ergänzung zu synthetischen Medikamenten sein und die Gesundheit von Nutz- und Jungtieren unterstützen.

Text: Katrin Erfurt; Bild: Christian Pfister, FiBL

Pflanzen produzieren eine Vielzahl an sekundären Pflanzenstoffen, die sie vor Fressfeinden und Krankheitserregern schützen. Schätzungen zufolge gibt es Millionen solcher Verbindungen, von denen bislang etwa 100 000 bekannt sind. Ihre enorme Vielfalt erschwert es Bakterien, Resistenzen zu entwickeln, was sie für medizinische Anwendungen wertvoll macht. Seit Jahrhunderten als Heilmittel genutzt, gewinnen sie in der Tiermedizin wieder an Bedeutung – besonders zur Reduktion des Antibiotikaeinsatzes.

In der Schweizer Landwirtschaft hat die Verwendung pflanzlicher Hausmittel eine lange Tradition. So werden etwa Kamille, Thymian und Kaffee häufig bei Magen-Darm-Beschwerden verwendet, während Ringelblume, Arnika und Beinwell vor allem gegen Entzündungen und Verletzungen zum Einsatz kommen (Rezepte S. 12). Dies ergaben umfangreiche Interviews mit Landwirtinnen und Landwirten, die das FiBL während zehn Jahren durchführte, um Rezepturen und Anwendungen von Heilpflanzen in Schweizer Ställen zu dokumentieren. «Kräuter und Arzneipflanzen eignen sich ideal, um schnell, einfach und kostengünstig pflanzliche Hausmittel herzustellen, sowohl vorbeugend als auch zur unterstützenden Behandlung von Krankheiten», sagt Michael Walkenhorst, Tiermediziner am FiBL.

Gemäss der Schweizer Bioverordnung sind phytotherapeutische und homöopa-

thische Erzeugnisse chemisch-synthetischen vorzuziehen (Art. 16d, Abs. 3a). Auch in den Bio-Suisse-Richtlinien wird betont, dass natürliche und komplementärmedizinische Heilmethoden Vorrang haben sollten (Teil II, Kap. 4.5).

### Eigenverantwortung des Betriebes

Rechtlich liegt das Verabreichen von Heilpflanzen und -kräutern, die selbst gesammelt, angebaut, verarbeitet und angewendet werden, in der Eigenverantwortung des Betriebes. Die höchste Pflanzenqualität bekommt man in Apotheken, Drogerien und Tierarztpraxen, man spricht dann von Arzneipflanzen. Für deren Erwerb ist ein tierärztliches Rezept erforderlich. Die zugelassenen Pflanzen sind in der Tierarzneimittelverordnung aufgeführt.

Was bereits verarbeitete Arzneimittel betrifft, so sind derzeit nur zwei in der Schweiz zugelassen: «Stullmisan» (Fichtenspitzenextrakt) gegen Durchfall und der «Reinigungstrank Natürlich» (Lindenrinde) zum Ausreinigen der Gebärmutter, beide ohne Rezept erhältlich. Zudem gibt es diverse Ergänzungsfuttermittel mit Kräutern, die für Knospe-Betriebe erlaubt und in der FiBL-Betriebsmittelliste zu finden sind.

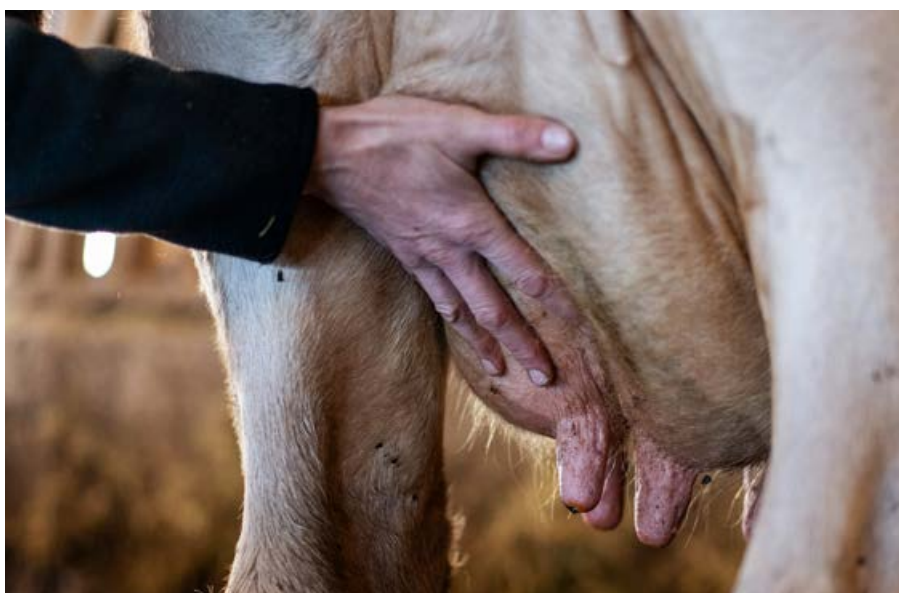
Tritt keine Besserung ein, rät Michael Walkenhorst dringend, die Tierärztin oder den Tierarzt zu rufen. Ein einfacher Richtwert sei: «Würde ich mit meinem Kind zum Arzt gehen, dann ist es auch Zeit, den Tierarzt für mein Tier zu rufen.» Entscheidend sei, frühzeitig zu reagieren und offen über eingesetzte Hausmittel zu informieren. Laut Michael Walkenhorst stünden mittlerweile viele Tiermedizinerinnen und -mediziner dem Einsatz von Arzneipflanzen positiv gegenüber.

< Der Einsatz von Heilpflanzen hat in Schweizer Ställen eine lange Tradition.

## Heilung mit Tee und Salben

Kräuter, die bei ihren Kindern wirken, setzt Sandra Zihlmann auch erfolgreich bei den Kälbern und Kühen ein.

Text: Katrin Erfurt; Bild: Christian Pfister, FiBL



Bei einer akuten Mastitis setzte Sandra Zihlmann erfolgreich eine Heilpflanzensalbe ein.

Auf dem Knospe-Hof der Zihlmanns im luzernischen Escholzmatt ist Phytotherapie nicht nur eine Methode zur Gesundheitsvorsorge, sondern ein integraler Bestandteil des Betriebsalltags. Zuständig dafür ist Sandra Zihlmann. Die gelernte und praktizierende Physiotherapeutin ist mit natürlichen Heilmethoden aufgewachsen und wendet diese auch in ihrer Familie an: «Wir versuchen, möglichst keine Medikamente zu verwenden, da wir auf unserem Hof einen geschlossenen Kreislauf haben. Was in den Abfluss gelangt, landet in der Gülle und schlussendlich auf dem Feld.»

Weil Heilpflanzen bei ihren Kindern gut wirken, entschloss sie sich, diese auch im Stall anzuwenden – zumal ihre Schwiegereltern bereits vor der Betriebsübernahme 2018 positive Erfahrungen damit gemacht hatten. Besonders beeindruckt erzählt sie vom Kreuzdorn, der unter der Matratze ihrer Kinder Hautausschläge lindert und

nun frisch in einem Bündel über der Kälberbox die Kälberflechte heilt. Eine Besserung würde bereits innerhalb von zwei bis drei Tagen eintreten.

### Mit Flasche, Schlauch und Nuggi

Bei unserem Besuch bereitet Sandra Zihlmann gerade einen Kamillentee zu, den sie ihren Kälbern bei Durchfall verabreicht. Idealerweise verwendet sie die getrockneten Kamillenblüten ihrer Schwiegermutter. Wenn sie alternativ Schwarztee zubereitet, muss sie auf Teebeutel zurückgreifen. Sie gibt Salz und Zucker hinzu – das Salz liefert die notwendigen Elektrolyte, der Zucker sorgt für den Geschmack, wie sie sagt.

Aktuell leidet keines der Kälber an Durchfall, doch für uns demonstriert Sandra Zihlmann, wie sie vorgehen würde. Im Stall wird ein Liter Tee mit kaltem Wasser auf drei Liter verdünnt und anschliessend

über einen Schlauch an das Kalb verabreicht. «Ist es stark genug und kann kräftig saugen, genügt es, den Tee mit einer PET-Flasche und Nuggi anzubieten.»

### Schnelle Wirkung festgestellt

Ein erkranktes Kalb erhält bei den Zihlmanns in der Regel drei- bis viermal täglich Tee, bis eine Besserung eintritt. In dieser Zeit wird zusätzlich keine Milch verabreicht. Doch kürzlich habe sie im Kurs «Phytotherapie in der Stallapotheke» des Berufsbildungszentrums Natur & Ernährung Luzern gelernt, dass die Milchzufuhr während der Teegabe nicht unterbrochen werden sollte, da die Milch das Immunsystem des Kalbes stärkt. Im Kurs testete Sandra Zihlmann auch, Arzneimittel selbst herzustellen, die sie bereits an ihren Tieren anwenden konnte. Eine entzündungshemmende und wundheilende Salbe aus Ringelblumenöl und Malventinktur setzte sie bei einer akuten Mastitis ein (Rezept S. 12). Diese wirkte bereits nach einem Tag und «sogar besser als das herkömmliche Mittel, das ich normalerweise in der Landi kaufe», erzählt Sandra Zihlmann begeistert.

Nebenwirkungen hat sie bei den rund 30 Milchkühen und Kälbern bisher nie festgestellt. Auch der Geschmack der Milch bleibe unverändert: «Allerdings habe ich gelernt, dass man diesbezüglich mit Knoblauch und Zwiebeln lieber sparsam umgehen sollte.» Falls die Phytotherapie nicht wirke oder ihr Mann die Erkrankung nicht eindeutig einschätzen könne, würden sie selbstverständlich den Betriebs-tierarzt hinzuziehen.

Den Einsatz von Heilmitteln möchte Sandra Zihlmann auf dem Hof weiter vertiefen. «Bestimmt wird noch die eine oder andere Pflanze ein Plätzchen in meinem Garten finden», sagt sie, überzeugt von der Phytotherapie.

# Hydrolate für das Immunsystem

Durch den Einsatz eigener Naturheilmittel konnte Fanny Henchoz den Bedarf an tierärztlichen Behandlungen reduzieren.

Text: Emma Homère; Übersetzung: Sonja Wopfner

Der Knospe-Betrieb «Alpes en Fleurs» in La Comballaz vereint zwei Passionen: Kräuteranbau und Viehzucht. Co-Betriebsleiterin Fanny Henchoz führt den Waadtländer Familienbetrieb seit nunmehr zehn Jahren. Als Landwirtin mit einer Leidenschaft für Pflanzen absolvierte sie eine Ausbildung in Kräuterkunde und vermarktet ihre Kräuter vor allem in Form von Tees.

Gemeinsam mit ihrem Mann hält sie eine gemischte Herde mit rund 15 Milchkühen und zehn Yaks in Muttertierhaltung. Geht es um die Tiergesundheit, haben beide ihr jeweiliges Spezialgebiet: Sébastien Henchoz behandelt die Kälber, Kühe und Yaks homöopathisch, während Fanny Henchoz Kräutertees, ätherische Öle, Mazerate und Hydrolate einsetzt. Bei Mazeraten handelt es sich um Auszüge aus Kräutern in Öl, Wasser oder Alkohol; Hydrolate wiederum entstehen durch die Wasserdampfdestillation von Kräutern.

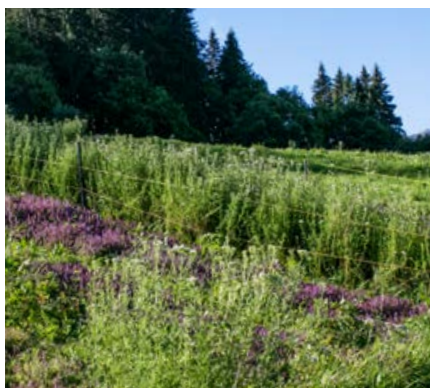
«Kälber sind sehr empfänglich für diese Art von Behandlung, wenn man schnell reagiert», erklärt Fanny Henchoz. Es sei schon einige Jahre her, dass der Tierarzt sie habe behandeln müssen. Die Landwirtin ist sich jedoch der Grenzen ihrer Praxis bewusst. Bei hohem Fieber oder wenn ein Kalb nicht trinke, rufe sie die Veterinärin oder den Veterinär. Auch Mastitiden seien ernst zu nehmen. «Wenn die Homöopathie nicht ausreicht, lassen wir sofort Analysen durchführen.» Zur Pflege der Euter massiert sie Ringelblumenölauszug auf die Zitzen, so bleiben sie geschmeidig.

## Breites Kräuterspektrum

«Die Verabreichung von Kräutertees an Kälbern erfordert Vorbereitung, daher bevorzuge ich Hydrolate», sagt Fanny Henchoz. Manchmal sind Tees aber besser, da sie neben ihrer phytotherapeutischen Wirkung auch der Dehydrierung vorbeugen. Im Frühherbst gibt die Landwirtin



Fanny Henchoz hat gute Erfahrungen mit Tees, ätherischen Ölen, Mazeraten und Hydrolaten bei ihren Nutztieren gemacht.



Auf dem Betrieb werden die verwendeten Kräuter selbst angebaut.

den Kälbern eine Mischung aus Mädesüss, Feldthymian und Salbei als Tee zur Stärkung des Immunsystems. Hydrolate gibt sie direkt in die Milch. Da die Landwirtin sie momentan nicht selbst herstellt, kauft sie sie von einem Kollegen.

Bei Husten gibt Fanny Henchoz täglich zwei Deziliter Thymian-, Ysop- oder Sal-

beihydrolat pro Kalb, um eine Ansteckung der Herde zu verhindern und das kranke Kalb zu heilen. Im Winter verabreicht sie als Kur Oreganohydrolat zur Unterstützung des Immunsystems. Bei Verdauungsproblemen helfen Pfefferminz- oder Kamillenhydrolate. «Hydrolate sind eine gute Möglichkeit, die Kraft der Pflanzen zu nutzen, ohne dass es riskant wird», erklärt sie. Ätherische Öle versprüht Fanny Henchoz mit einem elektrischen Diffuser im Stall: Tannenöl bei Husten, Orangenöl zur Beruhigung. Die Waadtländerin bleibt jedoch vorsichtig: «Wie bei Menschen verwende ich nur ätherische Öle, die für Kinder zugelassen sind.»

Bei einer schwierigen Geburt massiert die Landwirtin Johanniskrautmazerat auf den Lendenbereich der Kuh, aber nur abends, um Sonnenbrand zu vermeiden. Bisher hat das Paar keine Nebenwirkungen oder Auswirkungen auf den Geschmack der Milch oder des Fleisches festgestellt. In naher Zukunft möchte Fanny Henchoz die Hydrolate selbst herstellen.

# Pflanze versus Antibiotikum

In den letzten Jahren hat das FiBL einige Untersuchungen zu Heilpflanzen durchgeführt – drei im Überblick.

Text: Katrin Erfurt

## Sonnenhut gegen Kälberdurchfall

Der Purpur-Sonnenhut (*Echinacea purpurea*) wird traditionell zur Stärkung des Immunsystems und bei Atemwegsinfekten beim Menschen verwendet, jedoch fehlen Daten zur Anwendung bei Tieren. In einer FiBL-Studie aus dem Jahr 2016 erhielten drei Kälbergruppen über vier Wochen zweimal täglich entweder *Echinacea*-Extrakt (niedrige oder hohe Dosierung) oder ein Placebo. Die Ergebnisse zeigen, dass Kälber der niedrigen *Echinacea*-Dosierungsgruppe 44 Prozent weniger Durchfalltage hatten als die Placebo-Gruppe. Dies deutet laut den Wissenschaftlern auf eine mögliche Stimulierung des Immunsystems im Darm und eine antibakterielle sowie antivirale Wirkung hin. Die Kälber, die eine hohe *Echinacea*-Dosierung erhielten, zeigten jedoch keine gesundheitlichen Vorteile, was auf eine mögliche Überlastung des Immunsystems zurückzuführen ist. Basierend auf diesen Ergebnissen, empfiehlt das FiBL, *Echinacea purpurea* in niedriger Dosierung (0,5 Gramm Trockensubstanz pro Kalb pro Tag) für 5 bis 10 Tage bei ersten Krankheitssymptomen zu verabreichen – jedoch nur auf tierärztliche Verschreibung.

## Knoblauch gegen Ferkeldurchfall

Knoblauch wird weltweit als Gewürz und Arzneipflanze eingesetzt, da er das Immunsystem stärkt und antibakteriell wirkt. Im Jahr 2017 untersuchte das FiBL, ob Knoblauch auch dazu beitragen kann, Durchfall bei Absetzferkeln vorzubeugen. 600 Absetzferkel erhielten entweder Knoblauchpulver, ein Placebo oder das Standardantibiotikum Colistin. Die Ergebnisse zeigten, dass Ferkel, die Knoblauch erhielten, eine bessere Gewichtszunahme und allgemeine Gesundheit hatten als die Placebo-Gruppe. Knoblauch hatte jedoch keinen Einfluss auf die *Escherichia coli*-Bakterien im Kot. Obwohl Knoblauch die Notwendigkeit einer Antibiotikabehandlung nicht vollständig reduzierte, führte es zu besseren Mastleistungen und könnte gemäss den Forschenden in Kombination mit guter Tierbeobachtung als prophylaktische Massnahme gegen Durchfall dienen. Das FiBL empfiehlt,

## 100 Heilpflanzen im Stall



Laut einer FiBL-Auswertung nutzen Schweizer Betriebe rund 100 verschiedene Heilpflanzen.

Zu den fünf meistgenannten zählen Kamille, Ringelblume, Brennnessel, Beinwell und Kaffee. Auch Blacke, Fichte, Leinsamen, Thymian, Wegmalve, Schwarztee und Eiche kommen zum Einsatz.

## Überwiegend bei Rindern



Laut derselben Auswertung beruhen 1000 Hausmittelrezepte auf nur einer Pflanzenart. Heilpflanzen werden überwiegend bei Rindern eingesetzt, vor allem gegen Hautprobleme, Wunden, Magen-Darm-Beschwerden und Stoffwechselstörungen.

täglich 300 Milligramm Knoblauchpulver pro Kilogramm Körpergewicht im Futter von Absetzferkeln zur Vorbeugung von Durchfall zu verwenden. Eine Kräutermischung aus Knoblauch, Thymian, Kamille und Blutwurz könne ebenfalls helfen.

## Endometritis bei Milchkühen

Zwischen 2019 und 2021 wurde die Behandlung von Milchkühen mit Endometritis (Gebärmutterentzündung) verglichen: Eine Gruppe erhielt das Antibiotikum Cephapirin (Metricure), die andere wurde mit einem rein pflanzlichen Tierarzneimittel (EucaComp PlantaVet, zugelassen in Deutschland) behandelt. Letzteres enthält alkoholische Extrakte aus Ringelblume, Zitronenmelisse, Majoran und Eukalyptus. Diese Pflanzen kombinieren entzündungshemmende, antibakterielle und wundheilungsfördernde Eigenschaften, die alle zur Behandlung und Heilung von Endometritis beitragen können. Nach 14 Tagen waren 64 Prozent der Kühe klinisch geheilt. Nach maximal zwei Behandlungen lag die Heilungsrate bei 85 Prozent. Dabei gab es keine signifikanten Unterschiede zwischen dem pflanzlichen Mittel und dem Antibiotikum, was die Wissenschaftler darauf schliessen lässt, dass das pflanzliche Mittel durchaus eine Alternative zum Antibiotikaeinsatz darstellen könnte.

## Fachauskünfte



**Michael Walkenhorst**  
Veterinärmediziner, FiBL  
[michael.walkenhorst@fibl.org](mailto:michael.walkenhorst@fibl.org)  
+41 62 865 72 86

**Merkblatt, Handbuch, Studien und Podcast**  
[shop.fibl.org](http://shop.fibl.org) > 1502 (Merkblatt Kälber/Ferkel)  
[shop.fibl.org](http://shop.fibl.org) > 1113 (Handbuch Tiergesundheit)  
[fibl.org/projekte](http://fibl.org/projekte) > 50054 (Studie Kälber/Ferkel)  
[fibl.org/podcast](http://fibl.org/podcast) > Suche: Knoblauch

# Einfache Rezepte mit Heilpflanzen

Pflanzliche Hausmittel für den Stall lassen sich mit etwas Geschick und Pflanzenkenntnis selbst herstellen.

Text: Katrin Erfurt



## Heilpflanzen richtig lagern und verarbeiten

Heilpflanzen können frisch, getrocknet oder zerkleinert ins Futter gegeben oder als Tee lauwarm verabreicht werden. Getrocknete Pflanzen sind maximal ein bis zwei Jahre haltbar, wenn sie an einem kühlen, trockenen und dunklen Ort gut verschlossen aufbewahrt werden. Sie lassen sich auch zu Tinkturen (alkoholische Pflanzenauszüge), Ölen und Salben verarbeiten. Dosierungsempfehlungen stammen meist aus traditionellen Überlieferungen und Erfahrungswerten. Sie sind auch in Fachbüchern und in der frei zugänglichen Online-Datenbank Phytoarznei zu finden. Apotheken und Drogerien führen in der Regel alle nötigen Zutaten für die Rezepte.

[www.phytoarznei.ch](http://www.phytoarznei.ch)

## Zitenspray zur Pflege und Desinfektion



Jeweils 1 TL Thymian und Kamille (im Beutel) in 100 ml heissem Wasser 10 Minuten zugedeckt ziehen lassen. Den Sud in ein Sprayfläschchen abfüllen. 2 ml pflanzliches Glycerin (aus Apotheke/Drogerie) mit einer Pipette beimengen. Der Spray ist zum sofortigen Gebrauch gedacht und maximal 14 Tage haltbar. Das Mittel kann zur Vorbeugung von Euterentzündungen, zur Pflege und Desinfektion

der Zitzen nach dem Melken und bei gereizter oder trockener Haut eingesetzt werden. Thymian wirkt antibakteriell, entzündungshemmend und unterstützt die Wundheilung. Kamille hat eine beruhigende, entzündungshemmende, antiseptische und hautpflegende Wirkung.

## Kamillentee gegen Kälberdurchfall



5 g Kamillenblüten in einen Liter heisses Wasser geben. 10 Minuten abgedeckt ziehen lassen und absieben. Diesem Tee wird Elektrolytpulver zugefügt, um Mineralstoffverluste auszugleichen. Alternativ können 4 g Kochsalz und 20 g Biotraubenzucker aufgelöst werden. Kälber mit Durchfall erhalten während drei Tagen zweimal täglich einen Liter des Tees mit einer Schoppenflasche oder über die Eimertränke mit Nuggi verabreicht. Kamillenblüten wirken bei Durchfall und anderen Verdauungsstörungen krampflösend und entzündungshemmend.

## Wund- und Heilsalbe für die Haut

Zur Herstellung der Salbe zuerst Ringelblütenöl und eine Malventinktur ansetzen. Für das Öl etwa 20 g getrocknete oder 100 g frische Ringelblumenblüten in einen sauberen Behälter geben und mit 1 l Olivenöl vollständig bedecken. An einem dunklen

Ort rund zwei Wochen ziehen lassen, danach abseihen. Für die Tinktur frische Malvenblüten mit rund 40-prozentigem Alkohol überdecken. Anschliessend die Mischung bei Zimmertemperatur ziehen lassen und täglich schütteln, bis sich die Farbe nicht mehr verändert. Die Tinktur nun durch ein Sieb abfiltern und in dunkle Fläschchen abfüllen. Luftdicht verschlossen sind sie bis zu fünf Jahre haltbar. Für die Salbe 25 ml des Ringelblütenöls im Wasserbad vorsichtig erwärmen. 6 g Bienenwachs (Konsistenzgeber) unter Rühren mit einem Schneebesen darin schmelzen lassen (Öl darf nicht kochen). Vom Herd nehmen, 1 g gemörsertes Harz zugeben und ebenfalls unter Rühren auflösen. Danach 4 g Sheabutter in der Restwärme (nicht mehr im Wasserbad) schmelzen. Die Salbe unter gelegentlichem Rühren mit einem Glasstab abkühlen lassen, bis sie handwarm ist. 2 TL Malventinktur und 8 Tropfen ätherisches Weihrauchöl (aus Apotheke/Drogerie) einrühren. Die fertige Salbe in Tuben abfüllen. Im Kühlschrank ist sie etwa ein Jahr haltbar.



Die Salbe mit sauberen Fingern mehrfach täglich dünn auf schlecht heilende oder oberflächliche Wunden sowie auf stark beanspruchte, gereizte oder wund Hautstellen auftragen. Die betroffenen Hautstellen sollten vorgängig mit sauberem Wasser gereinigt und getrocknet werden. Ringelblumen und Malven fördern die Wundheilung, wirken entzündungshemmend und antibakteriell. Weihrauchöl lindert Schmerzen und hat eine reinigende Wirkung. Sheabutter pflegt und nährt die Haut, während Harz die Durchblutung anregt und desinfizierend ist.

# «Die Phytotherapie kann eine sehr schnelle Therapie sein»

Drogistin und Fachexpertin Michelle Krügel über die Chancen und Grenzen der Heilmethode im Stall.

Interview: Katrin Erfurt

### Welche Rolle spielt die Qualität von Heilpflanzen bei deren Verarbeitung?

**Michelle Krügel:** Die Qualität ist entscheidend. Kräuter aus der Drogerie oder Apotheke sind auf ihre wirkstoffbestimmenden Inhaltsstoffe geprüft. Ich bin aber der Meinung, dass Heilpflanzen, die rund ums Haus wachsen, unbedingt verwendet werden sollten, solange sie gesund aussehen und auch entsprechend richtig verarbeitet werden. Selbstverständlich sollte man nur Kräuter verarbeiten, die man mit 100-prozentiger Sicherheit bestimmen kann.

### Gibt es Nebenwirkungen bei der Anwendung an Nutztieren?

Richtig angewendet, sind viele Heilpflanzen unbedenklich. Unsachgemässe Nutzung kann jedoch Nebenwirkungen haben. So sollte Arnika beispielsweise nicht innerlich verabreicht werden, da sie die Blutfließeigenschaft beeinflusst und der Herzmuskel mit Lähmung reagieren kann. Äusserlich hingegen ist Arnika eine fantastische Pflanze zur Behandlungen von Verletzungen, etwa als Umschlag mit Arnikatinktur. Es gilt also, sich mit Anwendungen, Zubereitung, Dosierung und Anwendungsdauer vertraut zu machen.

### Wie ist die Akzeptanz bei den Tieren?

#### Gibt es Tricks zur Verabreichung?

Es hängt davon ab, ob ich die Heilpflanze pur verfüttere, sie pulverisiere oder ob ich einen Auszug wie Tee oder Tinktur verwende. Oft sind Tiere weniger wählerisch als Menschen, mit Ausnahme von Katzen, die viele Substanzen nicht vertragen. Bei Grosstieren ist die Akzeptanz sehr gut. Ich empfehle, Heilpflanzen mit dem Futter zu mischen und Tinkturen direkt über die Schleimhäute zu verabreichen.

**Macht es einen Unterschied, ob man einen Tee aus frischen Kräutern, getrockneten Kräutern oder mit einem Teebeutel zubereitet?**



Michelle Krügel ist Teilhaberin der Drogerie «üsi drogerie» in Münsingen BE.

Tees aus frischen Pflanzen enthalten einen höheren Gehalt an ätherischen Ölen. Frische Kräuter haben oft einen intensiveren Geschmack und ein stärkeres Aroma. Wenn frische Pflanzen nicht verfügbar sind, greift man auf getrocknete Kräuter zurück. Der Trocknungsprozess kann jedoch einige flüchtige Verbindungen reduzieren, die für die gesundheitlichen Vorteile wichtig sind. Dennoch enthalten getrocknete Kräuter in der Regel noch eine gute Menge an Wirkstoffen, und durch richtige Lagerung lässt sich ihre Qualität erhalten. Teebeutel sind zwar praktisch, enthalten jedoch oft weniger hochwertige Kräuter oder die falschen Pflanzenteile. Es ist wichtig, das Ziel der Anwendung im Blick zu haben und sich über gekaufte Produkte beim Fachpersonal zu informieren.

### Wie schnell zeigt sich eine Wirkung bei der Anwendung von Heilpflanzen?

Die Phytotherapie kann eine sehr schnelle

Therapie sein, da der Wirkstoff direkt auf den Körper trifft und eine Reaktion hervorruft. Ein Beispiel: Wenn ich einen verletzten Strich mit Ringelblumenessenz und der passenden Wundpflege behandle, sollte die Wunde mit jedem Tag besser aussehen. Wir unterstützen den Heilungsprozess optimal, ohne ihn in seinen physiologischen Prozessen zu stören. Bei chronischen Erkrankungen braucht es viel Geduld, wie ich es oft bei Klauenproblemen erlebe.

### Auf dem Hof von Sandra Zihlmann (S. 8) hat Kreuzdorn erfolgreich gegen Kälberflechte geholfen. Wie wirkt die Pflanze?

Die Anwendung von Kreuzdorn und auch der Berberitze stammt aus der traditionellen Phytotherapie, die über Generationen weitergegeben wird. Pflanzenteile werden dabei aufgehängt. Man vermutet, dass sich ihre Bestandteile über die Luft verteilen und gegen Pilzkrankungen wirken. Der Erfolg spricht für sich – ohne die exakte Wirkungsweise zu kennen.

### Gibt es Heilpflanzen, die sich gut für den Einstieg in die Phytotherapie eignen?

Eine grossartige Starterpflanze ist die Brennnessel. Sie kann zu Heu verarbeitet werden und hilft, den Stoffwechsel anzuregen. Sie ist für jedermann zugänglich und saisonal gut verfügbar. Ich empfehle, einen Kurs zu besuchen, um sich mit der Materie vertraut zu machen.

## Fachauskünfte

**Michelle Krügel**  
Drogistin und Tierheilpraktikerin  
[info@uesidrogerie.ch](mailto:info@uesidrogerie.ch)  
+41 31 7211006