

# Pflanzenheilkunde bei Krebs

erstellt am 15.03.2024

Pflanzenheilkunde ist ein wichtiger Teil der Naturheilkunde. In diesem [Online-Seminar](#) erfahren Sie, welche Heilpflanzen gegen Beschwerden und Nebenwirkungen während und nach der Tumorthherapie helfen können und auf welche Wechselwirkungen Sie achten müssen.

## Heilpflanzen als Teil der Komplementärmedizin

Die von Patienten bei einer Krebserkrankung am häufigsten genutzten Heilpflanzen sind Kamille, Salbei, Ingwer und (Kreuz-)Kümmel. Heilpflanzen enthalten Stoffe, die im Körper eine gesundheitsfördernde Wirkung haben können.

**Wichtig!** Da Heilpflanzen Wirkstoffe enthalten, können sie auch Nebenwirkungen auslösen und mit Medikamenten wechselwirken. Sagen Sie Ihrem behandelnden Arzt, welche Heilpflanzen Sie einsetzen. Fragen Sie vor der Einnahme, ob es Wechselwirkungen geben könnte. Sie können ebenfalls Ihren Apotheker fragen, ob Wechselwirkungen mit Ihren Medikamenten möglich sind.

Alle Pflanzen, die im Folgenden aufgelistet sind, sind komplementär, also zusätzlich zur medizinischen Behandlung der Nebenwirkungen, anwendbar.

## Kamille

Es gibt gute Daten, dass **Kamille** die durch eine Chemotherapie ausgelösten **Mund- und Rachenschleimhautentzündung** lindern kann. Sie kann als Tee aufgebriht, als Mundspülung mehrmals täglich eingesetzt oder auch in Form einer Inhalation angewendet werden (Tee/ätherisches Öl + heißes Wasser).

**Wichtig!** Kamille kann eine bestehende Mundtrockenheit verschlimmern. Wenn Sie an diesem Symptom leiden, können Sie stattdessen Pfefferminz- oder Thymiantee ausprobieren.

## Salbei

Salbei kann ebenfalls zur Vorbeugung oder Behandlung einer **Mundschleimhautentzündung** verwendet werden sowie bei gesteigertem **Schwitzen**. Die Blätter können auf dem Balkon und im Garten gezogen und bei Bedarf kleingeschnitten sowie mit heißem Wasser übergossen werden. Sie können aber auch fertigen Salbeitee kaufen. Lassen Sie den Tee 10 min ziehen. Sie können 2-3 Tassen am Tag für maximal 6 Wochen trinken oder ihn ebenfalls als Mundspülung verwenden.

**Wichtig!** Salbei enthält einen Stoff (Thujon), der in hohen Mengen Krämpfe hervorrufen kann, deswegen sollte nach spätestens 6 Wochen eine Pause eingelegt werden. Schwangere sollten Salbei nicht verwenden.

## Ingwer

Ingwer wird eingesetzt, um **Reisekrankheit**, **Verdauungsbeschwerden** und **Übelkeit** zu behandeln. Er kann zusätzlich zur Übelkeitstherapie, eingesetzt werden, um **Übelkeit** zu lindern. Nehmen Sie dafür Ingwer als Tee, oder, wenn Sie den Geschmack nicht mögen, als Tablette ein. Für die Wirkung wurden in Studien ein halbes bis ein Gramm Ingwer aber nicht mehr als 1 g pro Tag verwendet.

Es gibt für **Mundtrockenheit** keine Leitlinienempfehlung, aber Daten, dass Ingwer bei dieser ebenfalls helfen kann. Schälen Sie dafür frischen Ingwer (ca. 1 Daumen breit und lang), schneiden Sie ihn in Scheiben, übergießen Sie ihn mit heißem Wasser und lassen Sie ihn 10 min ziehen. Der Tee kann dann zu den Mahlzeiten getrunken werden.

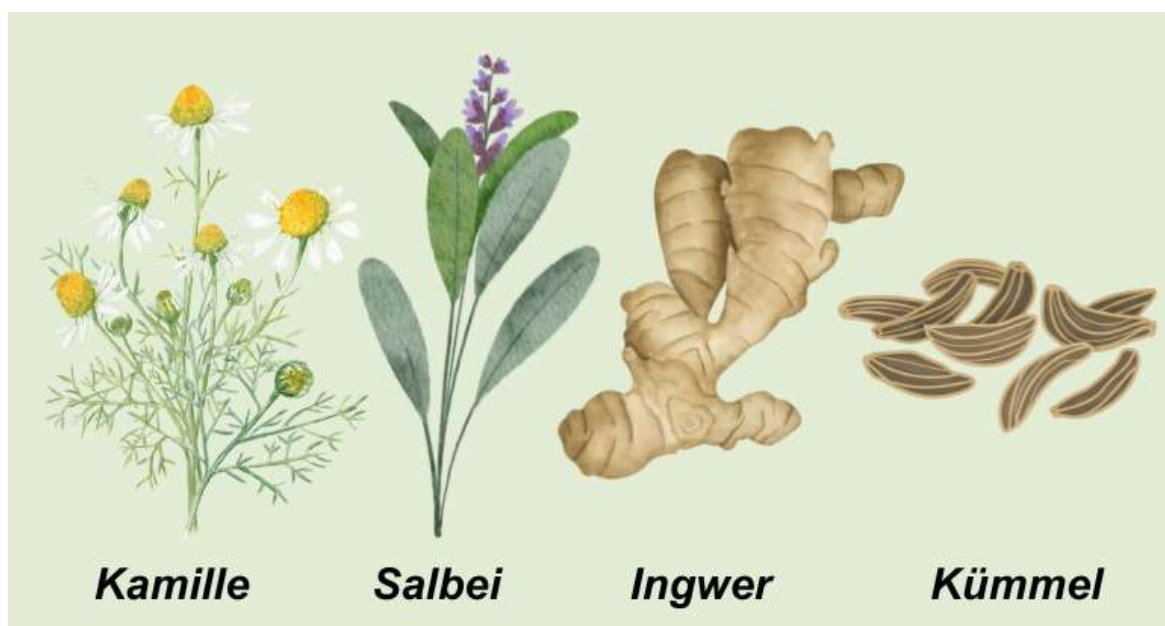
**Wichtig!** Wenn Sie das Medikament Emend mit dem Wirkstoff Aprepitant zur Vorbeugung der Chemotherapie-induzierten Übelkeit einnehmen, dann müssen Sie gut beobachten, ob Ingwer die Übelkeit evtl. sogar verschlechtert. Dann sollten Sie ihn nicht mehr verwenden. Lassen Sie, besonders, wenn Sie eine Mundschleimhautentzündung haben, Ingwertee nicht zu lange ziehen. Die enthaltenen Inhaltsstoffe können die Schleimhaut reizen.

### (Kreuz-)Kümmel

Kümmel ist eine der wirkungsvollsten Heilpflanzen gegen **Blähungen**. Abgesehen davon, wird er bei Völlegefühl eingesetzt und hat eine krampflösende Wirkung auf die Darmmuskulatur. Bei **Völlegefühl/Appetitlosigkeit** wird Kümmel in Form eines Tees, häufig in Kombination mit Fenchel und Anis getrunken. Wenn Sie Tee aus gestoßenen Kümmelfrüchten selbst machen wollen, nehmen Sie einen Teelöffel für 250 ml Wasser und lassen den Tee 5 min ziehen. Weiterhin können Sie Kümmelöl zu den Mahlzeiten einnehmen (2-3 Tropfen in Wasser) oder in den Unterbauch bei Magen-Darm-Schmerzen einmassieren.

**Wichtig!** Verwenden Sie Kümmel **nicht**, wenn Sie Gefitinib (Handelsname: Iressa) oder Afatinib (Handelsname: Giotrif) einnehmen, aufgrund der Wechselwirkungsgefahr. Bei einer Schwangerschaft sollten Sie das Öl ebenfalls **nicht** anwenden.

**Wichtig:** Wenn Sie ein Heilpflanzenpräparat kaufen wollen, lassen Sie sich von Ihrem Apotheker beraten und sagen Sie, dass Sie ein gutes Präparat und keine Homöopathie haben möchten. In homöopathischen Präparaten sind die Wirkstoffe der Heilpflanze so stark verdünnt, dass praktisch nichts mehr drin ist.



*Dies ist eine Zusammenfassung des Webinars „Pflanzenheilkunde bei Krebs“ aus der Webinar-Serie der Stiftung Perspektiven. Das aktuelle Programm finden Sie auf der Stiftungs-Website im [Vortrags- und Veranstaltungsportal](#).*