

# Ephedra distachya / Ephed.

(Gewöhnliches Meerträubel, Ephedra distachya L.)



## **Pflanze:**

Das Gewöhnliche Meerträubel ist eine Pflanze aus der Familie der Meerträubelgewächse. Sie ist ein niedriger Rutenstrauch mit langem, unterirdischem Wurzelstock und ist in Europa vor allem in den Mittelmeerländern, in Ungarn, der Ukraine und Südrussland heimisch. Meerträubel bevorzugt trockene und steinige Standorte. Zu den hauptsächlichen Inhaltsstoffen gehört das den Sympathikus stimulierende Ephedrin, das jedoch in nach HAB-Zimpel hergestellten Essenzen nicht nachweisbar ist.

## **Name und übliche Potenz**

### **der pharmazeutischen Zubereitung:**

Ephedra distachya spag. Zimpel Ø

## **Verwendete Pflanzenteile:**

In der Regel das frische oder getrocknete Kraut.

## **Wirkaspekte:**

phytotherapeutisch

## **Eigenschaften:**

- entzündungswidrig
- antiallergisch
- krampflösend
- hustenstillend
- kreislaufanregend
- herzstärkend
- schmerzlindernd
- nervenstabilisierend

## **Indikationen:**

- Asthma bronchiale
- Heuschnupfen
- Bronchitis
- Krampfhusten
- Keuchhusten
- Herz-Kreislaufschwäche
- niedriger Blutdruck
- Kopfschmerz, Migräne
- Schwäche- und Erschöpfungszustände

**Wirkprofil im körperlichen Bereich:**

Die spagyrische Pflanzenessenz Ephedra distachya erstreckt ihre positiven Wirkungen besonders auf die Organe der Atemwege. Die Essenz hilft bei Infektionen mit Husten und lindert zugleich allergische Zustände in diesem Bereich. Sie ist somit ein gutes Hilfsmittel bei Beschwerdebildern wie Heuschnupfen, Asthma bronchiale und Katarrhen der Atemwege mit einem krampfhaften Husten. Die Essenz eignet sich auch als Zusatzmittel bei der Behandlung von Keuchhusten. Für Ephedra distachya ist kennzeichnend, dass die Beschwerden der Atemwege von einer deutlich unangenehm wahrnehmbaren und heftigen Herzaktion begleitet sind. Der Puls ist zwar sehr kräftig, geht aber bei den krampfhaften Atemwegsbeschwerden von der Frequenz her oft zurück. Dabei ist die Atmung jedoch beschleunigt. Sind diese Symptome vorhanden, kann Ephedra distachya auch bei chronischer Bronchitis, Lungenemphysem und COPD als Begleitmittel gegeben werden. Zudem stärkt die Essenz die Herz- und Kreislauffunktionen, wobei sie vor allem Beschwerden durch einen niedrigen Blutdruck zu regulieren vermag.

Die Schwächesymptome können sehr ausgeprägt sein und reichen bis zur Apathie, die den ganzen Tag über anhalten kann und von einem ständigen Verlangen nach Schlaf begleitet ist. Ausserdem eignet sich Ephedra distachya zur Behandlung von Kopfschmerz und Migräne, wenn diese vornehmlich links auftreten und mit starker Schwäche, Übelkeit und langsamem Puls verbunden sind.

**Transformationsziele:**

- Überempfindlichkeiten im Bereich der Atemwege abbauen und die Organfunktionen stabilisieren.
- Die Herz- und Kreislauffunktionen regulieren und festigen.
- Die Körperkräfte stärken und die Lebensenergie anregen.

**Wirkprofil im seelisch-geistigen Bereich:**

Bei der spagyrischen Pflanzenessenz Ephedra distachya sind die Menschen von einer inneren Ruhelosigkeit geprägt. Sie haben einen ständigen Drang aktiv zu sein und fühlen sich unwohl, wenn sie nichts unternehmen können oder zur Ruhe gezwungen werden. Diese nervöse Unruhe ist oft mit auffallendem Stimmungswechsel verbunden. So können diese Menschen einmal sehr fröhlich, lustig und fast euphorisch sein, um dann unvermittelt in eine schwermütige Phase zu gleiten, die jedoch von latenter Aggressivität begleitet ist. Im Hintergrund lässt sich ein Minderwertigkeitsgefühl ausmachen, das ihnen ständig das Gefühl vermittelt, klein und unwürdig zu sein. Passiv sein und nichts zu unternehmen, verschlimmert diese Empfindung oder macht sie auch erst bewusst. Somit ist der Aktionismus von Ephedra distachya ein Versuch, einem deutlich geschwächten Selbstbewusstsein zu entfliehen, um nicht mit den damit verbundenen negativen Emotionen konfrontiert zu werden.

Manchmal vermeiden die Menschen auch die Auseinandersetzung mit ihren sexuellen Trieben, da sie Schwierigkeiten haben, ihre Sexualität zwanglos und harmonisch zu leben. Dann wird der ständige Tätigkeitsdrang zu einem Ventil für die gestaute sexuelle Energie.

**Transformationsziele:**

- In der Gemeinschaft ausgeglichen und ruhig agieren können.
- Die eigene innere Stärke erkennen und aus ihr heraus handeln.
- Sexualität als Teil des Lebens annehmen und als Bereicherung erfahren.