

Hedera helix / Hed.

(Gemeiner Efeu, Hedera helix L.)



Pflanze:

Der Gemeine Efeu gehört zur Familie der Araliengewächse und ist der einzige in Europa heimische Wurzelkletterer. Er verfügt über Haftwurzeln, durch die er an Bäumen, Mauern und anderen Flächen emporwächst. Infolge der Kolonialisierung verbreitete sich der Efeu fast weltweit. Schon in der Antike war der Gemeine Efeu ein Symbol für Unsterblichkeit, Lebenskraft und Lebensfreude, aber auch für das Anklammern und Verschlingen.

Name und übliche Potenz

der pharmazeutischen Zubereitung:

Hedera helix spag. Zimpel Ø

Verwendete Pflanzenteile:

In der Regel die frischen, nicht verholzten Triebe vor oder zu Beginn der Blütezeit.

Wirkaspekte:

phytotherapeutisch, homöopathisch

Eigenschaften:

- entzündungswidrig
- schleimlösend
- krampflösend
- hustenstillend
- stoffwechsellanregend
- hormonell regulierend

Indikationen:

- grippaler Infekt mit starker Verschleimung
- Schnupfen
- Nebenhöhlenentzündung
- Halsschmerzen mit Heiserkeit
- Husten
- Bronchitis
- Asthma bronchiale (besonders bei Kindern)
- Arteriosklerose mit Herzbeschwerden
- Schilddrüsenüberfunktion
- Morbus Basedow
- Kropf
- Arthrose

- Menstruationsstörungen
- Angstreaktionen

Wirkprofil im körperlichen Bereich:

Hedera helix ist eine Essenz mit entzündungswidriger und schleimlösender Wirkung, vor allem auf die Atemwege. Sie wird gerne eingesetzt bei allen Formen von Bronchialerkrankungen mit Verschleimung und Husten, aber auch Schnupfen, Halsschmerzen und Nebenhöhlenentzündungen. Über diesen speziellen Indikationsrahmen hinaus zeigt diese Essenz auch gute Wirkungen bei bestimmten Störungen von Stoffwechsel und Hormonsystem.

Die Atemwegsbeschwerden bei Hedera helix sind von starker Schleimbildung begleitet, sowohl im Nasen-, Rachen- als auch Bronchialbereich. Die Nasenabsonderung ist meist klar oder weisslich und verschlimmert sich, wenn man von draussen in ein warmes Zimmer kommt. Nicht selten steigt die Entzündung dann in den Rachen und die Bronchien hinab. Im Bereich des Kehlkopfes herrscht eine Rauheit und Wundheit vor und die Stimme wird schnell heiser. Eine starke Schleimansammlung kann auch Schluckbeschwerden auslösen. Der Husten wird in der Wärme und durch Sprechen schlimmer. Dabei kann ein grau-gelblicher Schleim ausgeworfen werden. Hedera helix hat zudem einen Bezug zu Asthma bronchiale im Kindesalter und zu arteriosklerotisch bedingten Herzbeschwerden mit stechenden Schmerzen, Engegefühl und Angstzuständen.

Deutlich ist die Wirkung auf die Schilddrüse. Hier kann Hedera helix die Hormonproduktion regulieren, besonders bei Überfunktion bis hin zum Morbus Basedow. Auch die Neigung zu Kropfbildung findet sich im Arzneimittelbild. Ebenfalls anfällig ist der Bewegungsapparat, vor allem für degenerative Prozesse an den Gelenken mit Knotenbildung. Oft sind die Glieder kalt und feucht. Frauen leiden häufig unter schwacher Menstruation, wobei sich vor der Blutung ein scharfer, wundmachender Ausfluss einstellt. Kennzeichnend für Hedera helix ist eine Verschlimmerung aller Beschwerden im Frühjahr und im Herbst.

Transformationsziele:

- Die Atemwege von Entzündungen und Verschleimung befreien.
- Die Funktionen von Schilddrüse und weiblichem Zyklus regulieren.
- Die Gelenke frei beweglich halten und Ablagerungen abbauen.

Wirkprofil im seelisch-geistigen Bereich:

Auf emotionaler Ebene herrscht bei der Essenz Hedera helix ein deutlicher Bezug zum Thema Angst vor. Es ist weniger ein unbestimmtes ängstliches Grundgefühl als die Neigung, mit akuten, heftigen Angstgefühlen zu reagieren. Diese können sehr heftig und panikartig sein. In psychosomatischer Hinsicht tritt diese Angst vor allem bei Herzbeschwerden auf. Sie wird häufig auch direkt in der Herzgegend lokalisiert. Auch ausserhalb dieser akuten Angstreaktionen leben diese Menschen oft in ständiger Sorge, was sie sehr quält und verunsichert. Daher suchen sie nach Schutz und Halt. Zu den Wesenszügen von Hedera helix gehören ein übertriebenes Sicherheitsbedürfnis und ein Mangel an Urvertrauen in das Leben. Daher klammern sich diese Menschen oft an Äusseres, was Sicherheit zu geben scheint, seien es Menschen, Gemeinschaften oder Ideologien.

Transformationsziele:

- Auf ängstigende Situationen ruhig reagieren und eine innere Distanz zu ihnen aufbauen.
- Sicherheit und Halt in sich selber finden können.
- Vertrauen und Hoffnung in das Leben entwickeln.