Medizin aus dem Kräutergarten ums Eck

Gabriele und Wolfgang Stindl sind Apotheker mit Leib und Seele. In ihrer Marienapotheke in Perchtoldsdorf gibt es seit vielen Jahren nicht nur das klassische pharmazeutische Angebot, sondern auch spezielles Wissen rund um Kräuter und Heilpflanzen aus der Traditionellen Europäischen Medizin. Tinkturen, Salben, Tees oder Zäpfchen werden hier mit Sorgfalt und Genauigkeit nach alten und neuen Rezepturen von Hand hergestellt. „Kräuter und Heilpflanzen können helfen, das innere Gleichgewicht wieder herzustellen", sagen die beiden.

VON ANDREA HARRINGER

Die Liebe zu den Heilpflanzen hat bei Gabriele und Wolfgang Stindl tatsächlich schon in der Kindheit begonnen. „Wir sind beide schon früh mit Heilpflanzen in Berührung gekommen. Ich stamme aus dem Mühlviertel und von Generation zu Generation wurde ein Schatz an Rezepturen aus heimischen Arzneipflanzen weitergegeben", erzählt Gabriele Stindl, als wir sie in der Marienapotheke in Perchtoldsdorf besuchen. „Egal ob Tannenwipferlsaft, Schwedenkräuter, Magenbitter, Salben oder vieles mehr, man wusste sich gut selber zu helfen."

Gabriele und Wolfgang Stindl *haben eine große Liebe zu Heilpflanzen. Zu ihren Lieblingen gehören dabei unter anderem die Rose und der Lavendel.*

Von Ost nach West

Bevor die beiden sich in ihrer Apotheke mit der Traditionellen Europäischen Medizin zu befassen begannen, zog die Traditionelle Chinesische Medizin ein. „Es hat uns fasziniert, wie traditionelle Medizin individuell auf den Menschen abgestimmt werden kann. Sobald ein Ungleichgewicht behoben ist, verschwinden auch die Beschwerden", sagt Wolfgang Stindl. „Uns war aber natürlich klar, dass es auch in Europa eine lange medizinische Tradition gibt und wir wollten unbedingt auch mehr über die hier entwickelten Diagnose- und Behandlungsmöglichkeiten erfahren." Es folgten mehrjährige Ausbildungen, die neben der Heilpflanzenkunde auch viele weitere Bereiche der TEM umfassten. „Säftelehre etwa, Spagyrik, Signaturenlehre und Konstitutionstypologie", sagt Gabriele Stindl: „Das alles empfanden wir nicht besser als die TCM, aber in vielen Bereichen stimmiger und passender für unsere Breiten. Die Arzneipflanzen der TEM sind im Prinzip für jeden zugänglich und ermöglichen rasche Selbsthilfe, wenn man sie richtig anzuwenden weiß."

Kulturerbe Medizin

Eine Konkurrenz zwischen der traditionellen Medizin, der Naturheilkunde und der Schulmedizin sehen Gabriele und Wolfgang Stindl dabei nicht. Die traditionelle Medizin mit ihrer langen Geschichte gehöre zu den Wurzeln und dem Kulturerbe der Menschheit. Aus ihr heraus habe sich die Schulmedizin entwickelt. „Viele wichtige Arzneistoffe haben ihren Ursprung im Pflanzen- und Tierreich. Beispiele dafür sind schmerzstillende Wirkstoffe aus dem Schlafmohn, Hormone aus der Yamswurzel, Cholesterinsenker aus dem Roten Reis und andere. Für uns ergänzen sich die Schulmedizin und

Salbei (oben) und Pfefferminze *helfen bei großer Hitze. Als Tee genossen schmecken sie auch noch richtig gut.*

die Pflanzenmedizin und das sieht man auch in unserer Apotheke“, sagt Wolfgang Stindl.

Viel Wissen – und Geduld

Und apropos sehen – das Sehen hat hier einen ganz besonderen Stellenwert: „In vielen Apotheken befindet sich das Labor uneinsichtig im hinteren Bereich. Uns kann man bei der Arbeit zusehen, wir haben ein großes Fenster zur Straße und wünschen uns, dass unser Handwerk sichtbar ist. Wir möchten, dass die Menschen bemerken, was sich alles im Hintergrund unserer Apotheke tut“, sagt Wolfgang Stindl. Vieles von dem, was hier entsteht, braucht Zeit. „Schon die Alchemisten, die in früheren Jahrhunderten Arzneimittel herstellten, durften dabei keine Eile haben. Es wurde destilliert, extrahiert, vergärt und verascht. Man brauchte viel Wissen und viel Geduld. Und auch bei uns stehen Tinkturen schon mal 40 Tage, bis sie fertig sind.“

Im Verkaufsraum in der Apotheke sind hauptsächlich Produkte ausgestellt, die auch hier produziert werden. Schon beim Hereinkommen merkt man das andere Sortiment. „Wir fertigen Tropfen, Säfte, Tonics, Teemischungen, Zäpfchen, Salben und vieles mehr“, sagt Gabriele Stindl. Die Qualität der Rohstoffe spielt eine ganz besondere Rolle. „Wir wählen mit Bedacht aus, woher wir unsere Rohstoffe beziehen, wir kennen unsere Lieferanten und die Produktionsbedingungen. Zusätzlich bieten wir Produkte von Herstellern, die ganzheitlich und nachhaltig denken.“

Husten, Darmbeschwerden und vieles mehr

Dass die Marienapotheke anders „tickt“, hat sich mittlerweile herumgesprochen. Viele Kunden kommen hierher und wünschen sich Heilpflanzen zur Vorbeugung von Erkrankungen und zur Steigerung ihrer Vitalität. „Häufig wird auch dann zu Arzneipflanzen gegriffen, wenn Beschwerden immer wieder auftreten und die Schulmedizin nur kurzfristig Linderung schafft“, sagt Wolfgang Stindl. Viele Kunden suchen aber auch zum Beispiel bei Erkältungen, Verdauungsbeschwerden oder Hautreizungen nach pflanzlichen Behandlungsmöglichkeiten. „Dazu gehören zum Beispiel Spitzwegerich- und Thymiansäfte bei Husten, Magen- und Darmtees mit Käsepappel. Wir haben auch viele Produkte im Bereich der Frauenheilkunde, die helfen, gemeinsam mit der Schulmedizin Beschwerden oder Probleme zu lösen. Es gibt Frauenheilkräuter, die bei Zyklusstörungen und Wechselbeschwerden, ebenso bei Infektionen und gestörter Flora helfen.“

Rose und Lavendel

Natürlich haben Heilpflanzenspezialisten wie Gabriele und Wolfgang Stindl auch eine Lieblingsheilpflanze. Bei Wolfgang Stindl ist es die Rose. „Nach der Signaturenlehre verschmelzen in ihr männliches und weibliches Prinzip. Das erklärt ihre äußerst harmonisierende Wirkung. Das ätherische Rosenöl wird bei uns in der Apotheke zu Rosengel, Zäpfchen mit Rose, Rosenwasser, Rosenöl und anderem verarbeitet.“ Das Rosenöl ist dabei extrem wertvoll – für 1 ml davon werden 5 kg Rosenblätter benötigt. Gabriele Stindl mag besonders den Lavendel. „Allein die Farbe und der Duft lassen mich vom Süden träumen. Pharmazeutisch schätze ich seine breite Wirksamkeit. Lavendelöl in Kapseln wirkt beruhigend bei Unruhe- und Angstzuständen, äußerlich aufgetragen ist das ätherische Lavendelöl hilfreich bei Haut- und Brandbeschwerden, in Teemischungen wirkt er schlaffördernd und bei Verdauungsbeschwerden.“

Eine Heilpflanze gegen die Hitze?

Und gibt es auch eine Heilpflanze, die bei großer Hitze helfen kann? „Salbei ist der Klassiker gegen Schwitzen“, sagt Gabriele Stindl: „In Tee- oder Kapselform kann er hilfreich gegen unangenehme Schweißbildung sein. Auch in Fußbädern ist er wohltuend.“ Auch die Pfefferminze entfalte gerade bei Hitze eine wohltuende Wirkung, ergänzt Wolfgang Stindl: „Als Tee genossen kühlt sie ganz hervorragend von innen.“

Die Marienapotheke finden Sie in der Sebastian-Kneipp-Gasse 5–7, 2380 Perchtoldsdorf Tel.: 01/8694163 oder im Internet unter ***marienapotheke.at***

FOTOS Marienapotheke/ justhavealook / Stieglitz/ AboutmyLove / mammuth/