

RATGEBER

Traditionelle Schweizer Klostermedizin

Jahrhundertlang war das Wissen um die Medizin in den Klöstern auf dem höchsten Stand. Heute sind es die Universitätsspitäler, die an der Spitze des Medizinstandards stehen. Daneben bietet das Medizinische Zentrum in Bad Ragaz mit seinem Bereich Komplementärmedizin die traditionelle Schweizer Klostermedizin auf höchstem Niveau an. Dort wird das stetig wachsende Universitätswissen mit der ganzheitlichen Medizin vereint.

Klosterleben

ab dem 4. Jahrhundert nach Christus

Mönche und Nonnen verpflichteten sich, von der eigenen Handarbeit zu leben. Ordensregeln, Askese und Studium bestimmten das Leben. Zum Beispiel: «Die Sorge für die Kranken sollte vor und über allem stehen.» In jedem Kloster wurde ein Infirmarium eingerichtet, das ein Badehaus für Kranke, eine Küche, einen Heilkräutergarten, ein Wohnhaus für den Infirmarius sowie einen Raum zum Aderlass enthielt. Ein Mönch war als Klosterarzt für die medizinische Behandlung

der Kranken verantwortlich, während andere Mönche und Nonnen die Kranken pflegten und die Heilkräuter anbauten.

Das Wissen über die Nutzung von Heilpflanzen stammte aus Überlieferungen und wurde in den Klöstern durch Übersetzung der medizinischen Schriften der Ägypter, Griechen, Römer und Araber und dem Hinzufügen der eigenen Beobachtungen ständig erweitert. Das älteste deutschsprachige Arzneibuch stammt aus dem Jahr 795. Karl der Grosse erkannte die Bedeutung dieser Rezeptsammlung und erliess ein Gesetz zum



Sigrun Chrubasik, Ärztin für Allgemeinmedizin, Medizinisches Zentrum Bad Ragaz.

Anbau von Heilkräutern, wie Anis, Brunnenkresse, Petersilie, Sellerie, Mohn, Malve, Zwiebel, Dill, Knoblauch, Minze, Liebstöckel, Fenchel und Rosmarin.

Mönch Odo Magdunensis erstellte im 11. Jahrhundert das Lehrbuch «Macer floridus», das lange Zeit das Standardwerk der Medizin war (Kasten A). Hildegard von Bingen hat im 12. Jahrhundert das Wissen im ganzheitlichen Kontext überarbeitet. Das Standardwerk «Physica» (Naturkunde) enthält etwa 300 Pflanzenbeschreibungen und das zweite «Causae et Curae» den neusten Stand zu Ursachen und Behandlungen von Krankheiten. Noch heute gibt es viele Anhänger der sogenannten Hildegard-Medizin als Alternative zur modernen Medizin. Doch würde die Äbtissin heute leben, würde sie sicher nicht mehr diese Medizin empfehlen. Denn sie war eine moderne Frau ihrer Zeit und hätte ganz sicher die Erkenntnisse der heutigen Zeit in ihren medizinischen Empfehlungen berücksichtigt – so wie dies in der Komplementärmedizin des Medizinischen Zentrums in Bad Ragaz angeboten wird.

Ab dem 10. Jahrhundert führten die Araber das Medizinstudium an Universitäten ein. Im 12. und 13. Jahrhundert wurde deshalb den Mönchsärzten die ärztliche Tätigkeit von der Kirche untersagt. Der Infirmarius durfte sich nur noch um die Krankenpflege der erkrank-

■ LEHRBUCH «MACER FLORIDUS» (A)

Im «Macer floridus» wurde die Heilkräuterlehre mit der Viersäftelehre Galens vereint. Die Gesundheit des Menschen hing vom ausgewogenen Verhältnis seiner vier Körpersäfte Blut, Schleim, gelbe Galle und schwarze Galle ab. Diese Säfte regelten den Stoffwechsel, das Gleichgewicht von Kälte und Wärme bzw. Trockenheit und Feuchtigkeit und prägten den Gemütszustand. Mit speziellen Diäten, durch Schwitzen, Aderlass oder Purgieren mit Abführmitteln wurde der Körper gereinigt, um alle ungesunden Säfte zu entfernen.

■ TINKTUREN – ESSENZEN (B)

In Deutschland sind Tinkturen nur in Apotheken erhältlich. Diese sog. offiziellen Tinkturen müssen entsprechend des deutschen Arzneibuchs hergestellt sein. Dazu werden frische oder getrocknete Pflanzenteile in bis zu 95-prozentigem Alkohol angesetzt. Im Allgemeinen gilt, je höher der Alkoholgehalt, umso stärker wirksam ist die Tinktur. Doch hängt die Wirkstärke der Tinktur auch vom Wirkstoffgehalt der Pflanzenteile ab. Nicht definierte Alkoholauszüge von Kräutern werden als Kräuteressenz bezeichnet.

■ URTINKTUREN UND KOMPLEXMITTEL (C)

Die ganzheitliche Wirkung beruht auf dem Gleichgewicht zwischen Wirkstoff, Information und Energie. Mithilfe von 43- bis 57-prozentigem Alkohol wird ein optimales Wirkstoffspektrum aus der Heilpflanze herausgeholt. Durch Verwendung einer speziellen Mörsermühle wird dieses Wirkprinzip von den Pflanzen auf das Lösungsmittel übertragen. Diese stoffliche Qualität ist Voraussetzung für die Gegenwart der Energie als unstoffliche Dimension. Sie kommt in Geruch, Geschmack und in der psychischen Wirkung zum Ausdruck. Für weitere Auskunft wenden Sie sich an mich.