

# Sanfte Heilung aus Japan

Einsatz und Wirkung von  
Kräuterpflastern



# Sanfte Heilung aus Japan

## Einsatz und Wirkung von Kräuterpflastern | Sabine Helbig

**In der japanischen Medizin sind sie längst Tradition, bei uns noch weitgehend unbekannt: Kräuterpflaster. Sie haben kaum Nebenwirkung und können individuell zur Therapie von verschiedenen Symptomen eingesetzt werden.**

*„Ob es wirkt, ob das Kräuterpflaster funktioniert? Diese Frage lässt sich durch eine uralte Methode rasch belegen. Man nehme eine Knoblauchzehe und reibe diese auf die Fußsohle. Nach einer Stunde macht sich der Knoblauchgeruch aus dem Mund bemerkbar. Dieses einfache Prinzip der Aufnahme von Pflanzenstoffen machen sich auch Kräuterpflaster zu Nutzen.“*

Markus Klampfl, CEO von GEDOKU

### Wie funktioniert das Prinzip der Kräuterpflaster?

Über das Pflaster abgegebene Infrarotstrahlung erwärmt das Gewebe und erweitert die Blutgefäße. Vom enthaltenen Turmalin abgegebene Negativ-Ionen kurbeln zusätzlich den Stoffwechsel an. Dieser Zustand begünstigt die Wirkung von Bambus- und Baumessig zur Ausleitung von Abfallstoffen sowie die Aufnahme spezieller Kräuterfor-

meln und Inhaltsstoffe über die semipermeable Haut.

Die Ausleitung und Bindung von Schwermetallen und Pestiziden konnte durch die Erforschung und Entwicklung von Sporopollenin (Weltpatent 7182965, 03720506, 4485940) revolutioniert werden und dient in einer bestimmten Serie von Kräuterpflastern nachweislich zur verstärkten Ausleitung dieser Stoffe.

### Basisinhaltsstoffe

- **Turmalin:** Der Wassermelonen-Turmalin besitzt durch seine hohe Anzahl an Negativ-Ionen und der Abgabe von Infrarotstrahlung eine entscheidende Wirkung in der Funktion der Pflaster unter anderem durch leichte Erwärmung.
- **Baumessig:** Das aus der Ubame-Eiche gewonnene Essigpulver dient dank seiner ziehenden Eigenschaft der Absorption von ausgeschiedenen Stoffen.
- **Bambusessig:** Er löst gebundene Stoffe aus dem Gewebe und fördert deren Abtransport und Ausscheidung.
- **Wollmispel:** Die als Königin der Heilpflanzen bezeichnete Wollmispel fördert die Sekretion der Drüsen und unterstützt so das Pflaster bei der Ausscheidung.

- **Dokudami:** Als eine der am meisten verehrten und beliebtesten japanischen Heilpflanzen besitzt Dokudami eine herausragende Eigenschaft zum Ausschwemmen von Toxinen aus dem Körper.
- **Dextrin:** Dextrin dient als Bindemittel und gewährleistet eine optimale Verteilung der Inhaltsstoffe. Das Mischverhältnis zwischen Essigpulver und Dextrin ist entscheidend für die Qualität und Wirksamkeit.

### Klinische Pharmakologie

Japan gilt seit jeher als Hochburg bei der Verwendung von Heilkräutern zum Wohle der Bevölkerung. Zahlreiche Einrichtungen, darunter auch das japanische Gesundheitsministerium bestätigen die vielfältige Nutzung von Kräuterpflastern in Asien.

Kräuterpflaster fördern die Entgiftung, Durchblutung, Entspannung und Leitfähigkeit mittels Infrarot und Negativ-Ionen. Im Rahmen einer Studie zeigten Patienten mit emotionalem Stress und Depression durch die Anwendung von Kräuterpflastern eine wesentliche Erhöhung der Alpha-Gehirnwellen und eine damit verbundene Verringerung von Stress, Angst, Depression, Kopfschmerz, Übelkeit, Schwitzen und Schwindel [1].

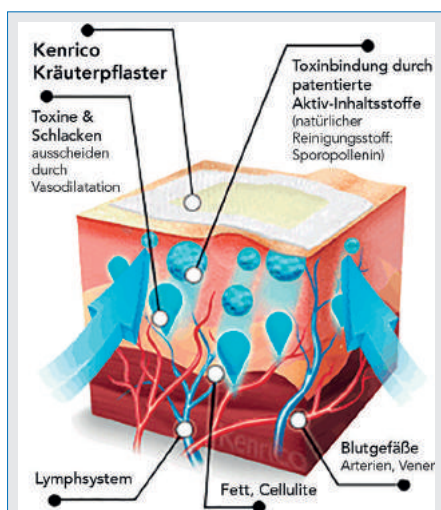


Abb. 1: Aufbau unserer Haut und Wirkung von Kräuterpflastern Quelle: Kenrico Ltd.



Abb. 2: A) unbenutztes Kräuterpflaster; B) Zu Beginn der Anwendung können sich weiße Stellen in der Mitte des Pflasters bilden; C) Die hierbei gebunden Säurekristalle (Labortest) reduzieren sich im Laufe der Anwendungen bis hin zu einer durchgehenden Verfärbung

Fotos: GEDOKU GmbH

Bei Patienten mit Herz-Kreislauf-Problemen konnte eine Verringerung der Anfälligkeit für schwere Blutdruckschwankungen beobachtet werden [2]. Die Patienten zeigten eine schrittweise Stabilisierung der Blutdruckwerte innerhalb der ersten beiden Tage unter Anwendung von Kräuterpflastern.

Nach Absetzen der Therapie konnte ein leichter Anstieg, jedoch unter dem Ausgangswert, vor der Anwendung gemessen werden. Bei Patienten mit erhöhten LDL und Triglycerid-Werten, die nur begrenzt Insulin produzieren, hat eine Anwendung von vier bis sechs Kräuterpflastern pro Tag eine Reduzierung der erhöhten LDL und Triglyceride um etwa 35 bis 80 Prozent gezeigt (gemessen vom Gesamtcholesterinspiegel und deren Metaboliten) [3].

Die maximale biochemische Wirkung tritt in der Regel innerhalb von neun bis zehn Tagen ein und die LDL- und Triglycerid-Werte stellen sich, für gewöhnlich, auf das Level am Ende der Behandlung innerhalb von drei bis vier Tagen, nachdem das Kräuterpflaster abgesetzt wurde, ein. Bei einigen Patienten pendelten sich die LDL- und Triglycerid-Werte auf ein normales beziehungsweise fast normales Niveau ein.

Bei dem Großteil der Patienten war eine Behandlungszeit von 12 bis 13 Wochen angeordnet, aber einige Patienten erhielten eine Behandlung für ein bis zwei Jahre. Ähnlich positive Effekte zeigten sich ebenfalls bei Patienten mit Leberproblemen.

Kräuterpflaster wirken sehr gut, wenn sie an den Fußsohlen angebracht werden.

Kontinuierlich durchgeführte Haar- und Blutanalysen bestätigten zudem eine Ausfuhr von Schwermetallen aus dem Körper [4]. Die meisten Patienten berichten von einer signifikanten Verbesserung der Symptome durch Anwendung der Kräuterpflaster und beschreiben einen deutlich wahrnehmbaren Unterschied des Befindens zwischen dem Zustand vor und nach der Behandlung. Gegenanzeigen für die Anwendung gibt es keine, ebenso sind keine Nebenwirkungen bekannt.

### Dosierung

Vergleichbar mit einem Kräutertee hat jede Pflasteranwendung eine Wirkung auf den Körper. Kräuterpflaster können sowohl präventiv als auch zur Therapieunterstützung geklebt werden.

Bei einer erstmaligen Verwendung von Kräuterpflastern empfiehlt sich ein Bekleben der gewünschten Reflexzonen beider Füße über ein bis zwei Wochen. Nach spätestens zwölf Stunden kann das Pflaster abgenommen werden, da die Absorption des Pflasters mit der Dauer der Anwendung und der damit entzogenen Feuchtigkeit abnimmt.

Eine Wiederholung der Anwendung ist je nach Empfinden der beklebten Stelle und dem gewünschten Erfolg angeraten. Kräuterpflaster stellen in Japan einen fixen Begleiter in der Prävention der Gesundheit dar und werden in regelmäßigen Abständen über das Jahr verteilt geklebt.

Die Anwendung empfiehlt sich über Nacht, da hier der Körper regeneriert und Organe so optimal in ihrer Ausscheidung unterstützt werden können. Bei Bedarf können Kräuterpflaster aber auch tagsüber geklebt

werden, um so eine konstante Abgabe der Wirkstoffe zu ermöglichen.

Je nach Belastung der beklebten Region verfärben sich die Kräuterpflaster bräunlich oder werden feucht. Gerade an den Füßen ist eine sehr dunkle Verfärbung möglich. Das ändert sich im Laufe der Anwendungskur.

Allerdings ist ein „Weißbleiben“ der Kräuterpflaster nicht das Ziel, da der Körper täglich neue Stoffe aufnimmt und einlagert. Der spezielle Geruch nach Anwendung der Kräuterpflaster ist völlig normal. Der resultiert aus den Schlacken und Giften, die mit Hilfe des Pflasters aus dem Körper herausgezogen werden. Nach der Verwendung des Kräuterpflasters ist zu empfehlen, die Fußsohlen oder die beklebte Stelle mit Seife und Wasser gründlich zu reinigen. Kräuterpflaster werden nach der einmaligen Verwendung entsorgt und nicht wiederverwendet.

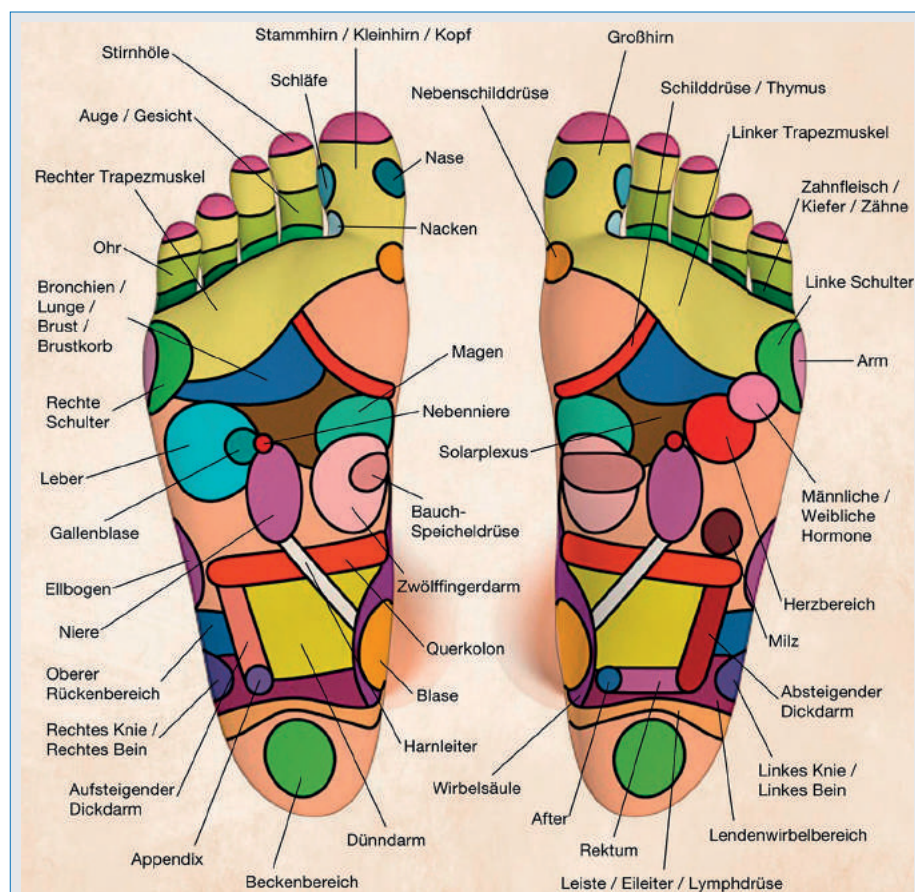


Abb. 3: Die sogenannten Längs- und Querzonen an den Fußsohlen sind eine einfache Hilfestellung zum Auffinden der einzelnen Reflexzonen. Die Querzonen unterteilen den Fuß (grob) in einen oberen Kopf-, mittleren Darm und unteren Beckenbereich. Die Längszonen unterteilen den Fuß von Außen vom Schulter- bis Innen zum Wirbelsäulenbereich. Es empfiehlt sich, je nach gewünschtem Zielgebiet beziehungsweise Problemzonen, die Pflaster auf den entsprechenden Reflexzonen aufzukleben.

Foto: Kenrico Ltd.

Optimal wirksame Dosierungen sind in der Regel zwei bis acht Kräuterpflaster pro Tag, bei einer Anwendungsdauer von vier bis zwölf Stunden. Die Dosis kann theoretisch unter Beobachtung der klinischen Symptome bis zu einem Maximum von zwölf Pflastern pro Tag erhöht werden.

## Weitere Varianten

Die Pflaster gibt es inzwischen auch mit zusätzlichen Inhaltsstoffen. Da die Poren bereits geöffnet und die Durchblutung in dem Bereich erhöht ist, lassen sich weitere Inhaltsstoffe leicht einbringen. Kräuterpflaster gibt es in einer Vielzahl an zusätzlichen



### Sabine Helbig

Von 1995 bis 2018 war Sabine Helbig als selbstständige Apothekerin tätig und errang 2006 Platz 8 des Deutschen Marketingpreises für Apotheken. Ihr Konzept für eine naturheilkundlich ausgerichtete Versandapotheke erreichte beim bundesweiten „Excellence Award 2008“ für Apotheken in der Kategorie Visionen & Leitbild die Nominierung für Platz 1.

Jetzt ist sie freiberuflich als Apothekerin und im Medikationsmanagement (wenn es um die Kombination schulmedizinischer Medikation mit Mitteln aus der Naturheilkunde geht oder ganz auf komplementäre Therapieformen umgestellt wird) tätig.

2016/2017 schloss Sabine Helbig eine Ausbildung in Kinesiologie / Touch für Health in Kombination mit der Fünf-Elemente-Lehre ab. Inzwischen ist sie auch noch im Aus- und Fortbildungsbereich für Apotheken und Heilpraktiker tätig.

Ihre Arbeit erstreckt sich dabei sowohl auf den Menschen als auch auf Tiere.

Inhaltsstoffen. Hierbei gilt zu beachten, dass sich Aussagen über die Funktionalität der Inhaltsstoffe deutlich zwischen der fernöstlichen und der westlichen Produktauffassung unterscheiden.

### Sporopollenin

Die Einbeziehung dieses Stoffes ist eine weitere Verbesserung der Wirksamkeit eines Kräuterpflasters zur Ausleitung von Schwermetallen. Sporopollenin besitzt eine herausragende Eigenschaft Schwermetalle zu entfernen (99 % Entfernung von Blei, 83 % Entfernung von Arsen, 62 % bis 65 % der Entfernung von Kadmium). Es macht dieses Kräuterpflaster zu einem starken Pflaster für Schwermetallausleitung [5].

Sporopollenin ist der unverdauliche Hauptbestandteil der Außenwand von Sporen und Blütenpollen. In einer beeindruckenden Forschungsreihe hat der Hersteller in seinem Labor die Wirkweisen von Sporopollenin zur Ausleitung von Schwermetallen, Toxinen und Pestiziden entdeckt. Eine weitere große Errungenschaft ist der Nachweis über die schmerzlindernde und antidepressive Wirkung von Sporopollenin.

Diese Kräuterpflaster werden bei folgenden Symptomen empfohlen: Müdigkeit, Kopfschmerzen, Doppelbilder, Blutdruckstörungen, Arthritis, Rheuma, Hautproblemen, Stress, ADS, Hitzewallungen, in der Menopause, Stimmungsschwankungen, Morbus Crohn, Fibromyalgie und Schwermetallvergiftung [6].

### Cave

Kräuterpflaster sind Kosmetikprodukte. Sie ersetzen keine ärztliche oder medizinische Behandlung.

Nur zur äußeren Anwendung! Nicht auf Schleimhäute, offene Wunden oder Gesicht kleben. Nicht anwenden bei Allergien auf die angeführten Inhaltsstoffe.

Die genannten Anwendungsgebiete und Wirkungen beziehen sich auf allgemeine Erkenntnisse der traditionellen japanischen Kräuterkunde sowie exklusiven Produkt- und Forschungsstudien der Herstellerfirma Kenrico® LTD. Japan.

Außer Reichweite von Kindern aufbewahren. Nicht für Kinder unter 3 Jahren geeignet.

### Silymarin

Als wichtigstes Entgiftungsorgan ist die Leber Regulator und Reinigungssystem für unseren Körper. Seit Jahrhunderten werden in Japan Kräuter als Wickel auf die Reflexzonen der Füße geklebt und zählen seither zu einer der effizientesten Anwendungsformen in der traditionellen japanischen Medizin.

Dem Wirkstoffkomplex Silymarin sagt man laut heutiger Forschung eine leberschützende, leberstärkende und entgiftende Funktion nach.

Die Mariendistel findet in der Pflanzenheilkunde Verwendung bei: Leber- und Gallenbeschwerden, entzündlichen Lebererkrankungen (Virus Hepatitis), Leberzirrhose, Magen- und Darmbeschwerden, Reisekrankheit, Stauungen im venösen Bereich, Trigeminusneuralgien, Störungen des vegetativen Nervensystems, Migräne und Alkoholmissbrauch [7].

### Grüntee

Verwendung in der Pflanzenheilkunde findet der Grüntee unterstützend bei: Fettleibigkeit, Diabetes, Entzündungen, Morbus Parkinson, Morbus Alzheimer sowie Herz-Kreislaufkrankungen (bei genannten Erkrankungen wurden erfolgreiche Studien mit Grüntee durchgeführt, wobei die Wirkung wissenschaftlich noch nicht eindeutig bestätigt ist) [8].

### Zimtrinde

Die Zimtrinde wird seit alters her in vielen Kulturen als Gewürz, Aromastoff und Heilmittel verwendet. Zimtaldehyd und Polyphenole, zwei wichtige Inhaltsstoffe in der Zimtrinde, wirken nachweislich regulierend auf den Blutzucker- und Blutfettspiegel. Sie schützen die Bauchspeicheldrüse, die Leber und die Nieren vor Schädigung. Gleichzeitig wird die Entstehung von freien Radikalen und Entzündungsfaktoren in den Zellen gebremst und so das allgemeine Infektionsrisiko minimiert. Synergistische Stoffe aus der Ginsengwurzel, japanischen Kelpalge und Konjakwurzel verstärken sowohl den blutzuckersenkenden, cholesterin- und triglycerid-korrigierenden als auch den antioxidativen Effekt der Zimtrinde. Dadurch lassen sich positive Ergebnisse in Stoffwechselforgängen im Körper (Fettstoff-, Zuckerstoffwechsel, Entgiftung) nachweisen [9].

### Grapefruit

Aktivierung des Fettstoffwechsels durch Sekundärstoffe der Grapefruit, welche dem

Körper einen intensiveren Zugriff auf die im Fett gespeicherte Energie ermöglicht.

Ohne diese Stoffe wäre ein vergleichbarer Effekt erst nach mehreren Tagen einer Diät beobachtbar. Im Rahmen einer gesundheitsbewussten Ernährungsweise können Grapefruitpflaster einen positiven Einfluss auf das Wohlfühlgewicht nehmen.

#### Zeolith

ZEO Kräuterpflaster werden bei folgenden Symptomen empfohlen: Müdigkeit, Kopfschmerzen, Doppelbilder, Blutdruckstörungen, Arthritis, Hautproblemen, Stress, Stimmungsschwankungen und Altersschwäche.

Durch das reduzierende Oxidationspotenzial des Pflasters kommt es auch bei Anti-Aging sowie interner und externer Wundbehandlungen zum Einsatz. Des Weiteren besitzen ZEO Kräuterpflaster antibakterielle und antimykotische Eigenschaften [10]. Das speziell verarbeitete Zeolith öffnet die Tür zu einem höheren und besseren Niveau der Entgiftung.

#### Agaricus Blazei Murrill

Durch seinen hohen Anteil an Beta-D-Glucanen findet der Agaricus eine optimale Anwendung bei Entzündungen wie Arthritis, Gastritis, Hepatitis und Allergien im Körper. Ebenso konnte Beta-Glucanen eine positive Wirkweise auf erhöhte Cholesterin-, Blutzucker- und Blutdruckwerte nachgewiesen werden.

Bei Leistungssportlern und stressgeplagten Personen können ebenso positive Ergebnisse in Bezug auf die Immununterstützung sowie körperliche Müdigkeit erzielt werden. Aus der Praxis gibt es auch gute Erfahrungen bei Allergikern [11].

#### Himbeere

Die Hauptinhaltsstoffe der Himbeere wirken stärkend auf die Gebärmutterwand. Dieses Pflaster findet während der Schwangerschaft seine Anwendung für eine sanfte Geburt.

Das Himbeerpflaster unterstützt den Uterus bei Gewebeschwächen und lockert Verkrampfungen bei Regelbeschwerden [12].

#### Nattokinase, Schlafbeere (Ashwagandha) und indisches Basilikum (Tulsi)

In Japan wird aus fermentierten Sojabohnen seit über 1.000 Jahren ein Gericht namens „Natto“ zubereitet. Das darin enthaltene Enzym „Nattokinase“ wurde in den 1980er-Jahren von Dr. Hiroyuki Sumi (University of Chicago) entdeckt.

Forschungen haben ergeben, dass Nattokinase umfassende positive gesundheitsfördernde Eigenschaften besitzt. Unter anderem soll es die Blutgerinnung optimieren und den Bluthochdruck senken. Auch bei der Behandlung nach Schlaganfällen, Herzinfarkt, Lungenembolie und sogar bei Alzheimer zeigen sich gute Erfahrungen.

Die Schlafbeere wird in der indischen Ayurveda-Medizin, als eine der herausragendsten

und wichtigsten Heilpflanzen, unter dem Namen „Ashwaganda“, eingesetzt. Ihre Wirkung besticht durch das Ausbalancieren des Nervensystems, was zu den hauptsächlichen Einsatzbereichen von Ashwaganda führt: Erschöpfungszustände, nervliche Überanstrengung, verminderte Gedächtnisleistung, Schwindel, Angst- und Stresszustände.

Das indisches Basilikum (Tulsi) leistet aufgrund seiner antioxidativen Eigenschaften einen wertvollen Beitrag zur Wirksamkeit [13].

Wie bei Kräutern üblich, unterscheidet sich auch bei Kräuterpflastern deren Verwendung klar vom therapeutischen Einsatz und der laienhaften Verwendung als Hausmittel. So sind auch Kräuterpflaster in ihrer Funktionalität auf die Inhaltsstoffe und erwähnte Aussagen auf die jeweils gültigen landesrechtlichen Bestimmungen zu begrenzen.

## Literaturhinweis

- [1] Kenrico Ltd.; HIKARI RESEARCH INSTITUTE Hamamatsu, Shizuoka, Japan (2015): EEG BRAINWAVES SYNCHRONIZATION AND ALPHA BRAINWAVES COMPARISON: STUDY OF PRE AND POST TREATMENT WITH KENRICO SAP SHEET, <https://www.kenrico.com/clinicalstudies/research-brain.html>, TR-MED742, Version 2.0
- [2] Kenrico Ltd. (2018): Prescribing Information For Healthcare Professionals, <https://www.kenrico.com/doctor/prescribing.html>
- [3] Nurman Salim, Kenrico Ltd, (2006): CLINICAL TRIAL TO EVALUATE THE SAFETY AND EFFICACY OF A NUTRACEUTICAL FOR LOWERING LDL-CHOLESTEROL LEVELS AND TRIGLYCERIDES, <https://www.kenrico.com/clinicalstudies/research-cholesterol.html>, Research Testing Laboratories, Inc., New York (USA); REPORT NUMBER RTL 328.0206
- [4] Kenrico Ltd. (2018): Effects of ZEO Pads on Heavy Metals Detoxification, <https://www.kenrico.com/clinicalstudies/research-zeo.html>
- [5] Kenrico Ltd. (2018): What is Sporopollenin and what makes it so special?, <https://www.kenrico.com/cure/sporo.html>
- [6] Kenrico Ltd. (2018): Prescribing Information For Healthcare Professionals, <https://www.kenrico.com/doctor/prescribing.html>, SUPREME GOLD EDITION TRMX-3®
- [7] Kenrico Ltd. (2018): Prescribing Information For Healthcare Professionals, <https://www.kenrico.com/doctor/prescribing.html>, QUICK EDITION QU-1®
- [8] Kenrico Ltd. (2018): Prescribing Information For Healthcare Professionals, <https://www.kenrico.com/doctor/prescribing.html>, SPECIAL EDITION GREEN TEA CCI®
- [9] Kenrico Ltd. (2018): Prescribing Information For Healthcare Professionals, <https://www.kenrico.com/doctor/prescribing.html>, HOT PINK EDITION WRX-2i
- [10] Kenrico Ltd. (2018): Prescribing Information For Healthcare Professionals, <https://www.kenrico.com/doctor/prescribing.html>, SUPER DETOX EDITION ZEO®
- [11] Kenrico Ltd. (2018): Prescribing Information For Healthcare Professionals, <https://www.kenrico.com/doctor/prescribing.html>, SILVER EDITION AGI®
- [12] Kenrico Ltd. (2018): Prescribing Information For Healthcare Professionals, <https://www.kenrico.com/doctor/prescribing.html>, RASPBERRY EDITION SS2Li®
- [13] Kenrico Ltd. (2018): Prescribing Information For Healthcare Professionals, <https://www.kenrico.com/doctor/prescribing.html>, SUPERIOR EDITION LEXIRIN®