

Stop Burnout!

Mit Pflanzenmedizin wirksam vorbeugen – Studien bestätigen dies.

Die Diskussion vom Juli d. J. zeigt deutlich das Gefährdungspotential, das Burn-out für die Österreicherinnen und Österreicher darstellt. Bei dauerhaftem Stress sollte die Notbremse gezogen werden. Ein pflanzliches Arzneimittel erzielt hier gute Erfolge. Studien belegen die duale Wirkung des darin enthaltenen Spezialextraktes WS® 1375.

Eine neue Umfrage und die Zahl der steigenden Krankenstände wegen psychischer Erkrankungen haben Ende Juli auf allen Ebenen eine hitzige Diskussion über die Behandlung des Burn-out-Syndroms angefacht. Immer mehr Österreicherinnen und Österreicher sind davon betroffen, weil sie lange andauerndem Stress ausgesetzt waren. Um lange Krankenstände zu vermeiden, sollten bereits möglichst früh Gegenmaßnahmen gesetzt werden. Ein pflanzliches Arzneimittel, das seit knapp einem Jahr auf dem österreichischen Markt ist, erzielt gute Erfolge bei der Behandlung von Stress-Symptomen. Es enthält den Spezialextrakt WS® 1375 aus den Wurzeln der Rosenwurz (Rhodiola rosea).

Neue Studie bestätigt Wirkung

Erst Ende April wurden anlässlich der ÖGPP Jahrestagung erste Ergebnisse einer britischen Studie mit dem Spezialextrakt WS® 1375 aus den Wurzeln der Rosenwurz (Rhodiola rosea) bekannt gegeben. „Die Ergebnisse der Studie zeigen bereits nach einer Einnahmedauer von drei Tagen bei einer therapeutischen Dosis von zwei Mal täglich 200 mg WS® 1375 deutliche Verbesserungen bei den meisten Zielgrößen“, erklärt Dr. Angelika Dienel, Co-Autorin der Studie. So konnte beispielsweise in der Numerischen Analogskala (NAS) beim Symptom „Erschöpfung“ nach drei Tagen eine Besserung des Basisscores um mehr als 25 Prozent festgestellt werden. Nach der Behandlungsdauer von vier Wochen zeigte dieser Wert eine

Verbesserung von mehr als 50 Prozent. Dienel: „Ähnliches gilt für die Variablen Reizbarkeit und Ängstlichkeit. Die somatischen Beschwerden konnten ebenfalls um mehr als 60 Prozent reduziert werden.“ Ebenso trat eine deutliche Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit und der Lebensfreude auf.



Die Inhaltsstoffe der Rosenwurz reduzieren die Ausschüttung von Stresshormonen und verbessern den Energiestoffwechsel in allen Körperzellen.

Positive Wirkung schon länger bekannt

Auch frühere Studien bestätigen die positive Wirkung der Rosenwurz. So zeigten Shevtsov et al. bereits 2003 (1) in einer klinischen Studie

mit Offiziersanwärtern nach 21-stündigem Dienst, dass der Rhodiola rosea-Extrakt im Vergleich zu Placebo sowohl die Erschöpfungserscheinungen verringert als auch die mentale Leistungsfähigkeit steigert. Bei Patienten mit leichter bis mittelschwerer Depression zeigte der Rhodiola rosea-Extrakt in der Studie von Darbinyan et al. (2) eine signifikante Verbesserung der emotionalen Stabilität sowie eine Verringerung von Schlaflosigkeit und nicht erklärbar körperlichen Störungen (Somatisierung). 2009 konnten Olsson et al. (3) bei Patienten mit Burn-out-Syndrom nachweisen, dass nach vierwöchiger Behandlung mit Rhodiola rosea-Extrakt die Ausschüttung des Stresshormons Kortisol deutlich geringer war.

Spezialextrakt WS® 1375

WS® 1375* ist ein standardisierter Spezialextrakt aus den Wurzeln der Rhodiola rosea, einer von der EMA als Adaptogen eingestuft Pflanze. Adaptogene unterstützen die Widerstandskraft des Organismus gegen negative chemische, biologische und physikalische Einflüsse, wie sie auch bei Stress vorliegen, und wirken normalisierend auf die Körperfunktionen.

Die Inhaltsstoffe (4) der Rosenwurz sorgen dafür, dass bei gleicher Belastung weniger Stresshormone ausgeschüttet werden und sich gleichzeitig der Energiestoffwechsel in allen Körperzellen verbessert. ■

Austroplant-Arzneimittel GmbH

Die Austroplant-Arzneimittel GmbH ist in Österreich Marktführer auf dem Gebiet der Phytotherapie. Sie hat ihren Sitz in Wien Inzersdorf und beschäftigt dort 120 Mitarbeiter. Seit April 2009 gehört die Austroplant-Arzneimittel GmbH zur Dr. Willmar Schwabe Arzneimittel GmbH.

¹ Shevtsov VA et al. A randomized trial of a SHR-5 Rhodiola rosea extract versus placebo and control of capacity for mental work. Phytomedicine 2003. 10:95-105

² Darbinyan V et al. Clinical trial of Rhodiola rosea L. extract SHR-5 in the treatment of mild-to-moderate depression. Nord J. Psychiatry 2007; 61(5):343-348

³ Olsson et al. A randomised, double-blind, placebo-controlled, parallel-group study of the standardised extract SHR-5 of the roots of Rhodiola rosea in the treatment of subjects with stress-related fatigue. Planta Med 2009; 75:105-112

⁴ Zu den Inhaltsstoffen der Rhodiola rosea zählen u. a. Flavonoide, Salidroside und die zur Gruppe der Rosavine zusammengefassten Phenylpropandervative Rosavin, Rosin und Rosarin

* Der Spezialextrakt WS® 1375 ist enthalten in Vitango®, einem apothekenpflichtigen pflanzlichen Arzneimittel zur Anwendung bei geistigen und körperlichen Symptomen von Stress. In Österreich ist Vitango® rezeptfrei erhältlich.

SpringerMedizin.at

Weitere Informationen unter:
www.SpringerMedizin.at

Mikroimmuntherapie

ÖGeMIT

Der passende Behandlungsansatz für Ihre Praxis!

- ➔ Aktivierung der natürlichen Immunantwort
- ➔ Homöopathisch potenzierte Immunbotenstoffe
- ➔ Keine Nebenwirkungen

Besuchen Sie unsere Seminarveranstaltungen 2010/2011

2010		
25.-26. September	Wien	Grundausbildung (Teil 1)
27.-28. November	Wien	Grundausbildung (Teil 2)
2011		
15. Jänner	Wien	Praxisworkshop
5. Februar	Klagenfurt	Einführung (Modul 1+2)
12. März	Wien	Einführung (Modul 1+2)
2. April	Linz	Einführung (Modul 1+2)
14. Mai	Innsbruck	Einführung (Modul 1+2)
28. Mai	Graz	Einführung (Modul 1+2)
2. Juli	Klagenfurt	Praxisworkshop
1.-2. Oktober	Wien	Grundausbildung (Teil 1)
19.-20. November	Wien	Grundausbildung (Teil 2)

Österreichische Medizinische Gesellschaft für Mikroimmuntherapie

Am Bach 9
A - 6334 SCHWOICH
Tel.: +43 (0)5372 580 87

E-Mail: dr.bubendorfer@ogemit.org

www.ogemit.org

