

Heilkräuterumschläge: Jahrtausendealte Tradition und moderne Forschung

Erforschen Sie die jahrhundertealte Praxis der Kräuterkompressen in Thailand. Wissenschaftler überprüfen traditionelle Heilmethoden und beleuchten die gesundheitlichen Vorteile dieser alten Therapie.



Der Duft von aromatischem Zitronengras mischt sich mit erdigem Ingwer und süßsaurem Tamarinde, begleitet von dem scharfen, mentholartigen Aroma von Kampfer. Es ist ein vertrauter Geruch für Wellnessbesucher: eine traditionelle thailändische Kräuterkompresse.

Was sind Kräuterkompressen?

Diese Behandlung kombiniert verschiedene Kräuter in einem Baumwolltuch, das zu einer kompakten Kugel gewickelt und etwa 10 Minuten lang dampfgedeckt wird, bevor der

Praktizierende es auf den Körper aufträgt – in der Regel nach einer Massage. Kräuterkompressen werden seit Jahrhunderten zur Linderung von Muskelschmerzen, Gelenkschmerzen und zur Verringerung von Entzündungen eingesetzt. Es ist jedoch unklar, wie viel Nutzen tatsächlich von den Kräutern ausgeht: Eine **Übersichtsarbeit von 2015** hob hervor, dass die Effekte hauptsächlich mit der Wärme zusammenhängen, die die Durchblutung erhöht und Schmerzen lindert.

Herausforderungen der Kräutermmedizin

Die Kräutermmedizin stellt eine **Multimilliarden-Dollar-Industrie** dar, die weltweit verbreitet ist. Unterschiedliche kulturelle Praktiken, Überzeugungen und Kenntnisse erschweren jedoch die Standardisierung oder Regulierung. Laut einem **Bericht der Weltgesundheitsorganisation (WHO)** aus dem Jahr 2018 hatten fast die Hälfte der Mitgliedsstaaten keine nationale Politik zur traditionellen Medizin, und nur 64% hatten Vorschriften für Kräutermmedizin.

Forschung in Thailand

Die WHO sagt, dass ein Mangel an Forschungsdaten eines der größten Hindernisse für eine effektive Regulierung darstellt. In Thailand verfolgt das Center of Excellence in Applied Thai Traditional Medicine Research (CEATMR) an der Thammasat-Universität in Pathum Thani das Ziel, Forschungsarbeiten über die einzigartigen Eigenschaften der für Kräuterkompressen verwendeten Kräuter zu fördern und dieses alte Heilmittel zugänglicher zu machen, sagt Arunporn Itharat, die Direktorin des Zentrums.

Tradition vs. Wissenschaft

Wie in anderen Ländern Südostasiens sind alternative Therapien in Thailand beliebt, wobei Umfragen zeigen, dass die Nutzung von Kräutermmedizin besonders in ländlichen Gebieten verbreitet

ist. „Es gibt jedoch viel traditionelles Wissen, das wissenschaftlich bewiesen werden muss“, erklärt Itharat. „Kräuter unterscheiden sich erheblich in ihren Eigenschaften, und diese Variabilität ist eine der größten Herausforderungen, mit denen wir konfrontiert sind“, sagt sie. „Wir müssen den (Extraktions)prozess validieren, um Konsistenz bei jeder Charge zu gewährleisten.“

Forschungsergebnisse

Ein weiteres Problem ist, dass „einzelne Kräuter viele verschiedene Sorten haben können“, fügt Itharat hinzu, „Missidentifizierung ist ein großes Problem in der Kräutermmedizin“. In ihrer **Forschung von 2020**, die in dem Fachjournal Science & Technology Asia veröffentlicht wurde, stellte sie fest, dass einige Kräuter zur Wirksamkeit einer Kräuterkompresse beitragen können. „Durch die Isolierung und Prüfung der einzelnen Zutaten identifiziert die Studie spezifische Komponenten, die zum allgemeinen entzündungshemmenden Effekt beitragen“, sagt Itharat.

Moderne Anwendungen

Diese Extrakte wurden in moderne Produkte wie Emulsionsgele und Cremes integriert, die in der Kräuterapotheke des CEATMR an der Thammasat-Universität verkauft werden. Itharat erforscht auch andere innovative Anwendungsmethoden in ihrer Forschung, wie ein **kühlendes Hydrogel-Pflaster**, das laut Forschung eine kontrolliertere Freisetzung des Extrakts im Vergleich zu Ölen und Cremes bietet, sowie eine elektrische Kräuterkompresse in Zusammenarbeit mit der Nationalen Agentur für Wissenschafts- und Technologieförderung Thailands und dem National Electronics and Computer Technology Center.

Das wachsende Geschäft

Thailand gehört zu einer Handvoll von Ländern, die erheblich in

die Forschung und Gesetzgebung der traditionellen Medizin **investiert haben**. Im Jahr 2021 begann die Thammasat-Universität, das Masterprogramm für Thaimedizin anzubieten, das erste Curriculum dieser Art im Land, das traditionelle und moderne Medizin integriert. Wissenschaftliches Interesse an traditionellen Therapien und den Wirkungen von Kräutermedizin wächst auch anderswo: Eine **Literaturübersicht von 2020** verzeichnete seit 2001 einen dramatischen Anstieg von Publikationen über Heilpflanzen weltweit, mit etwa 5.000 Publikationen pro Jahr im letzten Jahrzehnt.

Zukunftsaussichten

China und Indien, die jeweils ihre eigenen traditionellen Medizinsysteme haben, haben die Forschung auf diesem Gebiet angeführt, einschließlich Arbeiten zur Standardisierung des Kräuterwissens. Forscher in China und Taiwan haben mehrere **Datenbanken** für die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) aufgebaut, in denen Informationen zu Tausenden von Kräutern und deren zugehörigen Krankheiten, Arzneimitteläquivalenz und Wechselwirkungen gesammelt werden. Dennoch gibt es immer noch eine enorme Informationslücke: Über **50.000** Pflanzenarten werden weltweit für medizinische Zwecke verwendet, und es gibt nur begrenzte Überschneidungen zwischen den Datenbanken verschiedener Länder. Pflanzennamen sind oft nicht standardisiert, was zu Unklarheiten darüber führen kann, über welches Kraut diskutiert wird, und das Risiko ineffektiver Behandlungen oder sogar Vergiftungen birgt.

Itharat hofft, dass mehr traditionelles Wissen validiert und als komplementäre Therapien eingeführt wird, um den Patienten bei der Heilung und schnelleren Genesung zu helfen. „Die Menschheit hat sich seit Tausenden von Jahren auf die Natur für Medikamente verlassen, sodass die Verbindung zwischen Natur und menschlicher Gesundheit unbestreitbar ist“, sagt Itharat. „Die Herausforderung besteht darin, dieses traditionelle Wissen zugänglicher zu machen, während es gleichzeitig für zukünftige

Generationen bewahrt und global geteilt wird“, fügt sie hinzu.

Details

Quellen

• edition.cnn.com

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at