



WELEDA

90 Jahre

Im Einklang  
mit Mensch und  
Natur

# Weleda Magazin


## Heilkraft

**Therapie:** Wie Musik, Humor und Medizin helfen und heilen.

**Wirksamkeit:** Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile.

**Kreativität:** Senioren machen Zirkus. Das tut ihnen gut.

Herbst 2011



Granatapfel: Blüte und Frucht  
an einem Baum.

# D

ie Frage, was in der Medizin wirke, ist ural. Erst die Möglichkeiten der chemischen Synthese und ihrer feinstofflichen Analyse, die im Verlauf des 20. Jahrhunderts immer exakter werden, scheinen Klarheit zu schaffen: Isolierte Wirksubstanzen können nachweislich bestimmte Effekte erzielen. Der Sieg über viele Erreger und Infektionskrankheiten gilt als Erfolgsgeschichte der modernen Medizin. Noch vor wenigen Jahrzehnten war die Gleichung einfach: Erreger beseitigt – Mission erfüllt. Dies mag im Bereich klar identifizierbarer Krankheitserreger zutreffend sein – stimmt es aber auch bei chronischen Krankheiten oder Allergien?

## Anleitung zur Selbstheilung

«Im Falle einer Infektion ist die Beseitigung eines Erregers der erste notwendige Schritt zur Besserung – heilen können wir uns aber letztlich nur selbst.» Den beim ersten Hören irritierenden Satz sagt der in Berlin lebende anthroposophische Arzt Olaf Koob. Er beschäftigt sich seit Jahrzehnten mit unterschiedlichen medizinischen Systemen und Traditionen in der ganzen Welt. «Ich habe alle Wesen betrachtet: Steine, Pflanzen, Tiere, und sie sind mir wie zerstreute Buchstaben erschienen, dazu der Mensch das vollständige, lebendige Wort darstellt.» Dieses Zitat des Heilkundigen Paracelsus (1493 – 1541) ist für ihn einer der Schlüssel zum Verständnis ganzheitlicher Medizin und damit auch der Wirkweise vieler Weleda Arzneimittel.

## Mensch und Natur

Der entscheidende Schlüssel für ein erweitertes Verständnis der Wirkung von Natursubstanzen scheint demnach in einer gemeinsamen Geschichte und Evolution von Mensch und Natur zu liegen. Und darin, dass sich vieles aus dieser Entwicklung sozusagen im Menschen konzentriert. Was bedeutet es also, wenn beispielsweise bei Weleda homöopathische Verfahren wie das flüssige Potenzieren angewendet werden? Ein Prozess, bei dem schliesslich nach dem 23. Verdünnungsschritt kein Molekül der Ausgangssubstanz mehr im Arzneimittel nachweisbar ist? Was kann daran Hilfe zur Selbstheilung geben?

## Bedürfnis des Organismus

Der Dichter und Forscher Goethe (1749 – 1832) war in seiner Metamorphosenlehre um eine dynamische Naturbetrachtung bemüht, die vom Gewordenen zum Werden,

vom Stoff zur Kraft vorzudringen versucht. Eine schlüssige Weiterentwicklung davon ist, so Koob, der Substanzbegriff des Begründers der Anthroposophischen Medizin, Rudolf Steiner (1861 – 1925), der die Natursubstanz als Ausdruck der in ihr zur Ruhe gekommenen Bildkräfte sieht. Diese gelte es, durch Verarbeitungsschritte wie beispielsweise das Potenzieren zu lösen und in das gewünschte Heilmittel zu verwandeln. Grundsätzlich kann jeder Verarbeitungsprozess bei Weleda so betrachtet werden, es geht immer um Annäherung an die Bedürfnisse des menschlichen Organismus.

Interview

## 3 Fragen zum richtigen Arzneimittel

**Herr Dr. Koob, was wirkt im Arzneimittel? Der Stoff oder der pharmazeutische Prozess?** Beides!

Die Kunst der optimalen Arzneimittelkomposition besteht darin, durch den Herstellungsprozess die Stofflichkeit zu verwandeln und gleichzeitig in ihr Kräfte freizusetzen, die dem kranken Organismus Anregung zur Selbstheilung geben können.

**Wie ist Selbstheilung zu verstehen?** Alle Stoffe, die der Mensch aufnimmt, auch die synthetisch erzeugten, muss sein Organismus verwandeln, um sie ins Lebendige zu integrieren. Auf diese dynamische Wechselwirkung kommt es an – hier entsteht Gesundheit.

**Was ist besonders an Weleda Arzneimitteln?** Die Weleda Doron-Arzneimittel (Doron, lat. Geschenk) sind eine Besonderheit der Anthroposophischen Medizin. Ihre Einzelbestandteile sind so komponiert, dass sie eine Art Vorbildfunktion für gesundende Prozesse im Organismus übernehmen. Sie zeigen, dass es auf die Komposition als Ganzes ankommt.



**Dr. med. Olaf Koob**, lebt in Berlin und ist Autor mehrerer Bücher zu Gesundheitsthemen. Hält weltweit Seminare und Vorträge über Komplementärmedizin.

## Was wirkt eigentlich?

Die Wissenschaft kennt heute sehr genaue Analysemethoden und bildgebende Verfahren, die auch feinste Substanzpartikel und Kräfteströme finden können. Doch je weiter man bis in die kleinsten Teile von Naturstoffen vordringt, desto grösser ist oft auch die Verwirrung darüber, welches Teil aus dem Konzert der unzähligen Moleküle und Kräfte für welche Wirkung verantwortlich sei. Hat man es nicht mit chemisch-synthetisch isolierten Monosubstanzen zu tun, sondern aus mehreren Einzelstoffen komplex zusammengesetzten Kompositionen (Beispiel: natürliche ätherische Öle enthalten bis zu 300 chemisch nachweisbare Stoffe!), so wird die Festlegung schwierig. Olaf Koob empfiehlt eine differenzierte Sichtweise: «Wirksamkeit ist die Summe aller erwünschten

Einzelwirkungen, die ein bestimmtes Arzneimittel auf den Organismus hat, sie schliesst aber auch seine ganz individuelle Antwort ein.»

## Naturkosmetik für das Sinnesorgan Haut

Viele Erfahrungen und Erkenntnisse aus dem Bereich der Arzneimittel gelten auch für Naturkosmetik. Seien es Produkte für Gesichtspflege, Körperöle, Babypflegeprodukte, Crèmes oder Lotionen. Sabina Kilchenmann betreibt in der Nähe von Basel eine Praxis für Naturheilkunde und unterrichtet als Dozentin angehende Kosmetikerinnen. «In allen Bereichen der Kosmetik steht das Sinnesorgan Haut im Zentrum», sagt sie, «und dieses Organ ist vor allem eines: lebendig.» Das Lebendige zeichnet sich durch seine dynamischen Eigenschaften aus: Es reagiert und befindet sich in einem permanenten Austauschprozess zwischen Innen und Aussen, versucht, im Gleichgewicht zu bleiben.

### Interview

## 3 Fragen zur Naturkosmetik

**Frau Kilchenmann, wann ist Naturkosmetik verträglich und wirksam?** An erster Stelle steht die Natürlichkeit und hohe Qualität der Rohstoffe, insbesondere der Pflanzenöle. Dann die Kunst der ausgewogenen Komposition und die Wahl des passenden Öls für das entsprechende Hautbild.

**Erfüllt Weleda Naturkosmetik dies?** In hohem Masse: Durch pharmazeutische Erfahrung, das umfangreiche Wissen um Herstellprozesse und die Wirksamkeit von Pflanzenextrakten. Zudem stammen viele Rohstoffe aus Bio- oder biodynamischem Anbau und weisen eine hervorragende Qualität auf.

**Warum sind Pflanzenöle optimale Partner der Haut?** Weil sie eine ähnliche stoffliche Zusammensetzung aufweisen wie die Haut. Sie können den Hydrolipidmantel, der sie wie einen schützenden Film umgibt, unterstützen und die Haut somit bestens pflegen. Dadurch können bestehende Defizite in der Hautbarriere oft nachhaltig ausgeglichen werden.



**Sabina Kilchenmann** ist Kosmetikerin, Fachdozentin und dipl. Naturärztin mit eigener Praxis in der Region Basel.

## Pflanzenöle unterstützen und schützen

Eine wichtige Voraussetzung für Balance und ein gesundes Hautbild ist eine funktionierende Hautbarriere. Und hier kommen bei Weleda Naturkosmetik die Pflanzenöle ins Spiel. Sie unterstützen den Hydrolipidfilm, der die Hautoberfläche wie einen schützenden Mantel umgibt, denn sie sind ähnlich zusammengesetzt wie die Hautfette. Interessanterweise verbinden sich in diesem Film Bestandteile des Hauttalg und die natürliche Feuchtigkeit der Haut zu einer Emulsion. Diese hält die Haut geschmeidig und sorgt für ein feines Gleichgewicht, indem sie einerseits wasserabstossend wirkt und gleichzeitig dafür sorgt, dass nicht zu viel Feuchtigkeit aus der Haut verdunstet.

## Mensch und Natur

Diese natürliche Regulationsfähigkeit der Haut wird durch Pflanzenöle unterstützt. Bei den Kompositionen von Weleda Produkten wird unterschieden zwischen vielseitig einsetzbaren Ölen wie Mandel, Jojoba- oder Sesamöl, die in vielen Crèmes und Lotionen die Basis bilden – und kostbaren hochwirksamen Ölen wie Arganöl, Granatapfelkernöl, Hagebuttenkernöl oder Sanddornöl. Sie enthalten häufig einen höheren Anteil an Gamma-Linolsäure, einer ungesättigten Fettsäure, die entzündungshemmend wirkt und deshalb bei sensibler und zu Trockenheit neigender Haut angezeigt ist.

Sabina Kilchenmann: «Entscheidend ist, für die verschiedenen Hautbilder und Lebensphasen eine individuell geeignete Pflege zu finden. Jedes Pflanzenöl hat einen individuellen Fingerabdruck, der zu einem passt». ■