

Kurzinformationen zu Parawissenschaften – Esoterik – Paramedizin

Die Blätter dieser Reihe bieten schnelle Informationen aus wissenschaftlich-kritischer Sicht über Themen und Behauptungen aus dem Bereich der Parawissenschaften und verwandter Gebiete. Sie sind von Experten bzw. in Zusammenarbeit mit Experten verfasst und weisen auf Literatur zum vertiefenden Studium hin. Weitere Informationen sind bei Bedarf im *Zentrum für Wissenschaft und kritisches Denken* der GWUP erhältlich.

Bach-Blüentherapie

Mit Blüten vom Bachesrand hat diese Heilmethode nichts zu tun: Sie trägt den Namen vom englischen Homöopathen Edward Bach (1886-1936), der sie um 1930 entwickelte und als Allheilmittel bei körperlichen, psychosomatischen und seelischen Krankheiten einsetzen wollte.

In Anlehnung an das psychoanalytische Konzept C.G. Jungs und anthroposophische Ideen sah Bach in Krankheiten die Folge "eines Konflikts zwischen dem spirituellen Selbst und Persönlichkeit", bewirkt durch Charakterschwächen wie Hass, Stolz, Eifersucht, Grausamkeit, Egoismus, Habgier, Unsicherheit, Unwissenheit, Kritik-sucht usw.: Genau 38 negative Seelenzustände sollten die gesamte Palette an Krankheiten verursachen und sich in präzisen Beschwerden äußern. Bach kreierte 38 spezielle Pflanzenextrakte, die mit ihren Schwingungen diese negativen Gefühle und Gedanken harmonisieren und zur Gesundheit führen sollen.

Die Mittel werden aus Pflanzen erzeugt, wie sie zu Bachs Lebzeiten in seiner unmittelbaren Wohnumgebung wuchsen – und zwar nach ritueller Rezeptur: Die Blüten werden an sonnigen Tagen vor neun Uhr morgens gepflückt, in eine Schale mit Quellwasser gelegt und, sobald sie zu welken beginnen, mit einem Zweig herausgefischt. Stiele und Blätter von Sträuchern und Bäumen werden eine halbe Stunde lang gekocht. Diese Flüssigkeiten werden mit der gleichen Menge Brandy oder Cognac konserviert und im Verhältnis 1:240 mit Wasser verdünnt. Das ergibt die Blütenessenzen (stockbottles). Zum Einnehmen, gibt man von der "entsprechenden" Essenz drei Tropfen in ein Wasserglas. Als "Erste Hilfe-Tropfen" (Nr. 39, Rescue) gilt eine fixe Mischung aus 5 Blütenessenzen. Sie werden wie die anderen Tropfen angewendet.

Die Mittel sind in Deutschland als Arzneimittel nicht zugelassen, weil sie den dafür erforderlichen Wirksamkeitsnachweis nicht erbracht haben. Sie dürfen auf Anforderung eines Kunden jedoch von jeder Apotheke aus einem anderen EU-Land importiert werden. Soweit die Rechtslage. Tatsache ist, dass "Bach-Blüten" verschiedentlich auch in Deutschland erzeugt werden und inzwischen große Konkurrenz auf dem Markt ist: Es gibt Kalifornische und Australische Blütenmittel, Perelan-

dra-, Baily-, Deva- und Green-Man-Tree-Essenzen, Findhorn- und Harebell-Remedies, Himalaya- Flower-Enhancer, Alaska-, Desert- oder Hawaii-Flowers, Körblersche Baumblüten und österreichische Alpenblüten-Mittel.. In der Mehrheit werden diese Mittel und Bach-Blüten von medizinisch ungeübtem Personal eingesetzt.

Nach Bachs Tod entstanden Dr. Edward Bach-Zentren in England und anderen Ländern, die Therapeuten ausbilden, Selbstanwender unterrichten und Blütenmittel vertreiben; überdies wird die Methode in ungezählten Büchern für Laien verbreitet. Bach-Blütenmittel werden von Heilpraktikern, Ärzten und Psychotherapeuten, von Lebensberatern und Laienheilern angewendet. Dabei soll nach Bach eine Diagnose ebenso wie die Auswahl der Mittel intuitiv zu erspüren sein. Manchmal werden die Beschwerden auch mittels Fragebogen erhoben und die Fläschchen mittels Pendel, Elektroakupunktur nach Voll, Kinesiologie oder Kirlianfotografie ausgewählt. Mit letzterer soll man auch kontrollieren können, ob die Behandlung anschlägt. Nach Ansicht der Anbieter soll man akute Erkrankungen selbst behandeln können, und das soll innerhalb von Stunden oder Tagen gelingen. Chronische Beschwerden könnten nur von anderen erfolgreich therapiert werden, das dauere jedoch 9 bis 18 Monate. Die Wirkung soll auf der geistigen Kraft der Pflanze beruhen und "Blockierungen" im "bioenergetischen Feld" des Hilfesuchenden beseitigen.

Die Behandlung richtet sich nicht gegen Krankheiten, sondern soll das zu Grunde liegende seelische Ungleichgewicht beheben. Beispiele: Rotbuchen-Essenz wirke bei Arroganz, Geißblatt bei Pessimismus, Heidekraut bei Grübelsucht, Kastanie bei mangelnder Selbstkritik, Kirschkpflaume bei Bettnässen usw. Rescue-Tropfen sollen bei jedem "energetischen Schock auf feinstofflicher Ebene" helfen, ausgelöst durch akute Stress-Situationen wie Zahnarztbesuch oder Scheidungskrisen, bzw. durch lebensbedrohliche Zustände. Anwender berichten über ungeahnte Erfolge, doch eine kontrollierte Studie, die den Wirksamkeitsnachweis erbringen könnte, gibt es nicht. Zwei wissenschaftliche Untersuchungen, bei denen der Einfluss von Rescue-Tropfen auf die Prüfungsangst getestet wurde, erbrachten keinen Vorteil gegenüber einem Scheinmedikament (Walach et al. 2001).

Kritische Einschätzung der Wirksamkeit

Die Methode selbst bringt kaum ein Risiko mit sich. Wer sich selbst mit Blütenmittel behandelt und damit wohler fühlt, kann das durchaus erfolgreich tun. Etwaige positive Effekte durch Bach-Blüten beruhen auf Erwartung und Suggestion. Dieser Placebo-Effekt kann zur Selbsthilfe bei harmlosen Stimmungsschwankungen beitragen.

Da die Mittel Alkohol enthalten, sollten jedoch alkoholabhängige Personen, die abstinert bleiben möchten, nicht danach greifen, um einen Rückfall zu meiden. Ein solcher Fall ist dokumentiert. Gefährlich ist die Vorstellung Bachs, dass es keiner Diagnose bedürfe oder dass jede Krankheit mit der richtigen Pflanze heilbar sei; ein Risiko geht davon aus, dass Behandler ihre Grenzen nicht erkennen. Wer bei ernsthafter Erkrankung auf Blütenmittel vertraut, kann zu Schaden kommen, weil eine notwendige Behandlung versäumt wird. Mehrere Problemfälle sind dokumentiert: Eine Patientin wurde mit Bachmitteln gegen Schizophrenie, eine andere gegen eine paranoide Psychose behandelt, nachdem ihre verordneten Medikamente abgesetzt worden waren. Beide mussten in psychiatrische Kliniken eingewiesen werden. Eine Frau starb an einem Asthmaanfall, weil die Heilerin diesen mit Notfalltropfen kurieren wollte.

Kritische Einschätzung des Konzepts

Die Einteilung aller Leiden in 38 Gemütszustände hat moralisierenden Charakter, ist willkürlich und unbegründet. Das Konzept trägt deutlich esoterische Züge. Die Pflanzenauswahl ist zufällig, sie lässt sich ebenso wenig wie die rituelle Herstellung der Mittel wissenschaftlich begründen. Bachs Lehre setzt manche Betroffenen zusätzlich unter Druck und lässt die Krankheit als selbstverschuldete Strafe für vermeintliches Ungenügen erscheinen: So empfiehlt Bach etwa Blütenmittel nach Misshandlung und Vergewaltigung mit folgender Begründung: "Derartige Ereignisse können durch unbewusste Programmierungen aus der astralen Ebene herangezogen werden." Wissenschaftler stufen Bach-Blütentherapie als "potente Scheinbehandlung" ein.

Dr. Krista Federspiel

Literatur

Scheffer M (1999) *Die Original Bach-Blütentherapie*. Hugendubel: München

Kritische Literatur

Armstrong NC, Ernst E (1999) A randomised, double-blind, placebo-controlled trial of Bach Flowers Remedy. *Perfusion* 11: 440-446

Ernst E et al (2001) The desktop guide to complementary and alternative medicine. Mosby: Edinburgh

Ernst E (2002) 'Flower remedies': a systematic review of the clinical evidence. *Wiener Klinische Wochenschrift* 114: 963-966

Federspiel K, Herbst V (2005) *Handbuch Die Andere Medizin*. Stiftung Warentest: Berlin

Goldner C (1997) *Psycho. Therapien zwischen Seriosität und Scharlatanerie*. Pattloch-Verlag: Augsburg

Walach H, Rilling C, Engelke U (2001) Efficacy of Bach-Flower remedies in test anxiety: a double-blind, placebo-controlled, randomized trial with partial crossover. *Journal of Anxiety Disorders* 15: 359-366