



Mit Ginkgo erfolgreich gegen Durchblutungsstörungen



*Dieses Baumes Blatt, der von Osten
Meinem Garten anvertraut,
Gibt geheimen Sinn zu kosten,
Wie's den Wissenden erbaut,*

*Ist es Ein lebendig Wesen,
Das sich in sich selbst getrennt?
Sind es zwei, die sich erlesen,
Daß man sie als Eines kennt?*

*Solche Fragen zu erwiedern,
Fand ich wohl den rechten Sinn,
Fühlst du nicht an meinen Liedern,
Daß ich Eins und doppelt bin?*

schrieb der 66 Jahre alte Goethe 1815 an seine späte Liebe Marianne von Willemer und legte (wie man heute noch im Düsseldorfer Goethe Museum sehen kann) zwei Ginkgo-Blätter als Zeichen der Freundschaft bei.

Auch heute kann man den bis zu 40 m hoch werdenden Baum, dessen Name sich ursprünglich aus dem chinesischen Yin Xing (= Silberaprikose) herleitet, an vielen Stellen wie im Mönchengladbacher Bunten Garten bewundern.

Ginkgopflanzen existieren schon seit 290 Millionen Jahren. Der aus China kommende heute noch existierende Ginkgo bilabo ist das älteste lebende Fossil der Pflanzenwelt, da alle verwandten Arten ausgestorben sind. Hauptgrund für seine große Bedeutung in der chinesischen Philosophie und Kultur liegt an seiner fächerformartigen, zweigeteilten Blattform, die schon früh mit Yin (Sanftheit und Weichheit) und Yang (Aktivität und Lebenskraft) in Verbindung gebracht wurde. Da der schädlingsresistente Baum bis zu 1000 (einige Berichte gehen sogar bis 4000) Jahre alt werden kann, wird der Ginkgo als Kraft spendend und lebensverlängernd verehrt.

Und aktivitätsfördernd sind die Ginkgoblätter tatsächlich, wie wir heute aus zahlreichen Studien wissen. So verbessert sich die Gehstrecke bei Arterieller Verschlusskrankheit (AVK), auch Schaufensterkrankheit genannt. Die durchblutungsfördernde Wirkung auch bei Tinnitus, Hörsturz und Schwindel werden insbesondere der Blockade der Thrombozytenaggregation (Hemmung der Verklumpung der Blutplättchen) durch PAF (Platelet Activating Factor) zugeschrieben. In mit 500 Patienten durchgeführten Studien konnte signifikant eine Verbesserung gegenüber Placebo bei Patienten mit leichter und mittelschwerer Demenz, der Alzheimer-Krankheit und der Demenz aufgrund von Durchblutungsstörungen nachgewiesen werden. Hierfür entscheidend ist wohl die Hemmung der Acetylcholinesterase im Hippocampus ("Tor des Bewusstseins") des Gehirns unterstützt durch nervenschützende Mechanismen (Neuroprotection) durch Bilobalid. Aufgrund der guten Datenlage ist bei Demenz auch eine Verordnung bei gesetzlich Versicherten auf Kassenrezept möglich. Vergleichsstudien mit den wesentlich teureren schulmedizinischen Demenzpräparaten stehen bisher noch aus. Viele meiner Patienten (auch ohne

Demenz) berichten über eine deutliche Verbesserung ihrer Vergesslichkeit und Merkfähigkeit.

An Nebenwirkungen können in nur seltenen Fällen leichte Magen-Darm-Beschwerden, Kopfschmerzen und allergische Hautreaktionen auftreten. Auf keinen Fall sollte Gingko wegen erhöhter Blutungsgefahr zusammen mit anderen durchblutungsfördernden Stoffen wie Acetylsalicylsäure (ASS) eingenommen werden. Insbesondere vor chirurgischen und zahnärztlichen Eingriffen und vor der ersten Einnahme des Gingkoextraktes sollte jeder Patient mit seinem naturheilkundigen Arzt Rücksprache nehmen.

Dr. med. Dietmar Katholnigg
Facharzt für Innere Medizin
Arzt für Naturheilverfahren
Arzt für Ernährungsmedizin
-Hausarzt-
Dahlener Straße 131 – 133
41239 Mönchengladbach
Tel.: 02166-934094
dietmar-katholnigg.docvadis.de