

BHFN

BERLINER HEILPRAKTIKER

NACHRICHTEN

Ausgabe 2024 / 2025

Die Kartoffel homöopathisch | Arne Krüger

Fußreflexzonen-therapie & Schüssler-Salze für die Frau | Dr. Bernhard Kraemer

Vitalpilze beim Prämenstruellen Syndrom | Anne Weiß

Pflanzensteckbrief Rosenwurz – *Rhodiola rosea* | Cornelia Titzmann

Die heilsame Kraft der Berührung | Vera Bartholomay

Das Auge und seine Sehschärfe | Olaf Grüneis

2024/2025

Aus- und
Fortbildungen,
Seminare,
Arbeitskreise



»Die Damen der vornehmen Gesellschaft liebten die kleinen, weißen, etwas unscheinbar wirkenden Kartoffelblüten sehr ... «

Arne Krüger



Foto: Jeyarathnam Caniceus, Pixabay

Die Kartoffel homöopathisch

– Arne Krüger –

Die Kartoffel, botanisch *Solanum tuberosum*, gehört wie die Tomate, die Tollkirsche oder der Stechapfel zu den Nachtschattengewächsen. Wir finden diese für uns Menschen so wichtige Nutzpflanze in der Homöopathie in zwei Arzneimitteln wieder, dem *Solanum tuberosum* und dem *Solanum tuberosum aegrotans*. Bevor wir uns weiter unten mit den beiden homöopathischen Arzneimittelbildern beschäftigen, schauen wir zunächst auf die Botanik der Kartoffel und ihre geschichtliche Bedeutung.

Die Kartoffel in der Geschichte

Die Kartoffel stammt ursprünglich aus Peru, sie wurde dort im Hochland der Anden von den Inkavölkern angepflanzt. Als sie nach Europa kam im 17. Jahrhundert, glaubten die Menschen zunächst, die Kartoffelpflanze sei eine Zierpflanze. Sie hatten die leckeren Kartoffelknollen noch nicht zum Essen entdeckt. Sie hatten nur an den kleinen oberirdischen grünen Früchten genascht, die Solanin enthalten und deshalb leicht giftig und ungenießbar sind (siehe Toxikologie). Die Damen der vornehmen Gesellschaft liebten die kleinen, weißen, etwas unscheinbar wirkenden Kartoffelblüten sehr, und sie schmückten ihr kunstvoll gestecktes Haar mit Kartoffelblüten. Erst mit der Zeit begriff man, dass der wahre Schatz der Kartoffelpflanze in der Erde lag. Die Bauern weigerten sich dennoch lange, Kartoffeln anzupflanzen. Daher mussten die damaligen Könige ihnen den Anbau befehlen, zum Teil bei Strafe. Besonders der preußische König Friedrich II., der Große, hatte sich sehr darum gekümmert. Der schlaue König hatte erkannt, dass Kartoffeln viel einfacher anzubauen sind als Getreide und auch auf kargsten Böden gute Ernte bringen. Er ließ manche Äcker von Soldaten bewachen, ließ die Bauern damit glauben, dass dort etwas sehr Wertvolles wachse. So verführte stahlen sich die Bauern einige Kartoffeln, während das Militär schlief, entdeckten ihren Wohlgeschmack und waren zum Anbau animiert. Damit setzte Friedrich der Große die Kartoffel als Volksnahrungsmittel durch. Eine sehr positive Folge davon war, dass durch den hohen Vitamin C-Gehalt der Kartoffel der Skorbut bei der Landbevölkerung weitgehend entgegnet werden konnte.

Zu Goethes Zeiten war die Skepsis dann gewichen und der Dichter schrieb über die Kartoffel:

*Morgens rund,
mittags gestampft,
abends in Scheiben –
dabei soll's bleiben.*

Die Abhängigkeit von der Kartoffel als Hauptnahrungsmittel hatte allerdings auch ihre Schattenseiten. Als aus Amerika um 1830 die Kartoffelfäule, ein Schädling der besonders in nassen kalten Jahrgängen sich ausbreitet, nach Europa eingeschleppt wurde, verhungerten hier viele Millionen Menschen. Ein Beispiel dafür ist die Hungernot 1846 in Irland, die zu einer massiven Auswanderungswelle in die USA führte. Heutzutage ist die Kartoffel in der Krise. 1950 wurden in Deutschland 186 kg pro Person verzehrt, 2016 waren es nur noch 56,8 kg.

Botanik und Landwirtschaft

Die Kartoffel (Knolle), synonym auch Erdapfel, Erdbirne, Grundbirne, Potaten, Tüffke, Erdknolle, Krumbeere, Hartapfel, wurde aufgrund ihrer wertvollen Inhaltsstoffe, ihres unkomplizierten Anbaus und ihrer geringen Ansprüche gegenüber Bodenqualität und Klima zu einem der wichtigsten Nahrungsmittel der Welt. Daneben aber auch zu einem wichtigen Futtermittel und Industrierohstoff.

Inhaltsstoffe

Die Knolle besteht zu 20 % (15–30 %) aus Stärke, die wiederum zu 80 % aus Amylopectin und zu 20 % aus Amylose besteht. Den überwiegenden Anteil der Knolle macht Wasser aus (70–80 %). Dazu kommen ca. 3 % Proteine, Mineralstoffe und Vitamine. Außerdem finden sich noch geringe Anteile an Lipiden, Phenolcarbonsäuren, Lektinen und Steroidalkaloiden.

Der Proteinanteil besteht aus wichtigen essentiellen Aminosäuren, und ist deshalb von hoher biologischer Wertigkeit. Neben B-Vitaminen, Niacin und Folsäure sticht der hohe Vitamin C-Gehalt heraus. 100 g Kartoffeln können durchschnittlich ca. 1/5 des täglichen Vitamin C-Bedarfes decken. Bei den Mineralien und Spurenelementen finden sich alle wichtigen Stoffe mit Ausnahme von Selen.



Die Kartoffelfäule (Phytophthora infestans) kann bisweilen ganze Ernten vernichten.

Botanik

Kartoffeln sind aufrecht oder kletternd wachsende, ausdauernde krautige Pflanzen, die Wuchshöhen von über einem Meter erreichen können. Die Sprossachse ist manchmal vierkantig, teilweise sogar geflügelt. Die wechselständig angeordneten Laubblätter sind in kurzen Blattstiel und Blattspreite gegliedert. Die sich gegenüber oder auch wechselständig stehenden Teilblätter sind leicht bis stark behaart, oft von unterschiedlichster Form und Größe. Im botanischen Sinne ist die Kartoffel keine Frucht wie z. B. das Getreidekorn, auch keine Wurzel wie die Zuckerrübe, sondern ein unterirdischer Spross, eine Knolle. Die Knolle dient als Speicherorgan und als vegetatives Vermehrungsorgan. An ihr sitzen Vertiefungen (Augen), aus denen bei der Keimung Laubtriebe sprossen. Die Wurzel ist ein stark verzweigtes Fasergeflecht, das sich im Boden ausbreitet. Eine Hauptwurzel fehlt, ist jedoch bei Samenpflanzen vorhanden.

Die Blütenkrone ist weiß, lila, gelb und bläulich. Sie ist zwittrig, mit fünf Staubgefäßen und einem Fruchtknoten. Die aus den Blüten hervorgegangenen Früchte sind Beeren, die bis zu 150 Samen enthalten. Sie spielen in der Züchtung eine Rolle. Sie sind leicht giftig (Solanin) und nicht zum Verzehr geeignet.

In den grünen Pflanzenteilen der Kartoffel konzentrieren sich Alkaloide, u. a. giftiges Solanin, die als natürliche Abwehr z. B. gegen Bakterien und Insekten dienen. Aus diesem Grund sind Kartoffeln, die im Licht gelagert grün geworden sind, nicht mehr genießbar.

Vollsheilkunde & Toxikologie

In der Vollsheilkunde wird der frische Saft der Knolle als Spasmolytikum bei hyperaziden Magenleiden, Übersäuerung des Magens, Sodbrennen, und Neigung zu Magengeschwüren eingesetzt. Weichgekochte und zerstampfte Kartoffeln wurden als warme Packungen erfolgreich bei Rückenschmerzen, Hexenschuss, Nierenschmerzen und Gelenkschmerzen genutzt.

Beim Verzehr von grünen Kartoffelbeeren, der Blüte, den Blättern und den gekeimten Knollen kommt es zur Vergiftung durch das Alkaloid Solanin. Vor dem Verzehr von Kartoffeln mit Schale muss deshalb auch geprüft werden, ob Keime dabei sind. Eine Solaninvergiftung zeichnet sich durch entzündliche Magen-Darm-Beschwerden, Kopfschmerzen, Pupillenerweiterung, Hirnödeme und Krämpfe aus. Sie bewirken im Extremfall auch Koma und Tod.

Wird die Pflanze von Phytophthora infestans, einem Pilz, befallen, kommt es zur sog. Kartoffelfäule. Diese kann sich besonders in feuchten Jahren in großen Ernteausfällen auswirken (20 % und mehr). Erste Symptome der Krankheit sind an Blättern und Stängeln sichtbar: von den Blatträndern her treten dunkelbraune Flecken auf. Sie vergrößern sich rasch bei feuchtem Wetter und bilden auf der Unterseite der Blätter einen weißen Pilzrasen, der an Mehltau erinnert. Weiterhin kommt es durch die Pilztoxine zur Fäule in den Knollen. Die Pilztoxine führen beim Verzehr zu scharfen Schmerzen im Bereich des Anus und einen offenstehenden Analprolaps.

Das homöopathische Arzneimittel Kartoffel

Für das homöopathische Arzneimittel Solanum tuberosum werden die grünen Beeren der Kartoffel verwendet. Als weiteres Arzneimittel wird auch Solanum tuberosum aegrotans genutzt. Dessen Ausgangssubstanz sind die von Kartoffelfäule (Phytophthora infestans) befallenen Kartoffeln. (Herstellungsregeln nach HAB, Ph.Eur)

Das eigentliche Ursprungsmittel Solanum tuberosum hat in der Homöopathie eher organotrope Wirkungen, während Solanum tuberosum aegrotans eine viel stärkere und breitere Wirkung zeigt, neben Organsymptomen auch eine ganze Reihe von psychischen Wirkungen.

Aus diesem Grund wurde eine Arzneimittelprüfung mit Solanum tuberosum aegrotans durchgeführt und findet auch hier eine besondere Beschreibung.

Idee des Arzneimittels

Menschen, die konstitutionell das homöopathische Mittel Solanum tuberosum brauchen, haben ihre eigene Art, mit den Versagungen in der Herkunftsfamilie umzugehen. Anstatt immer wieder die Versorgung ihrer emotionalen Grundbedürfnisse einzufordern, kommt es bei ihnen zu einer Verschiebung auf die materielle Ebene.

Immer wieder fordern sie materielle Dinge als Beweis für die Zuneigung des anderen. Diese Beweise können aber die emotionale Leere nicht füllen, die eine Solanum-tuberosum-Persönlichkeit empfindet. Die Folge der Frustration sind noch stärkere materielle Wünsche.

Häufig leiden Solanum-tuberosum-Menschen unter kongestiven Kopfschmerzen. Sie beschreiben ihren Schmerz wie eine Art Einschnürung. Ruhe und Wärme bessern die Beschwerden. Außerdem kommt es bei ihnen schnell zu Verstopfungen und zu Entzündungen im Verdauungstrakt. Gewöhnlich leiden sie unter einem starken Schwächegefühl. Sie können starken Durst haben. Ein Hinweis auf das homöopathische Mittel Kartoffel kann sowohl das Verlangen als auch die Abneigung gegen Kartoffeln sein.

Solanum-tuberosum-Menschen neigen dazu, später im Leben mehr materielle Dinge einzufordern als emotionale Anteilnahme. Ihr Bedürfnis nach Schutz und Sicherheit versuchen sie in engen Beziehungen dadurch erfüllt zu bekommen, dass sie möglichst alles genau so machen, wie es von ihnen erwartet wird.

Bei Solanum tuberosum aegrotans-Menschen sind besondere Charakteristika ein stinkender Atem und stinkender Körpergeruch wie von verfaulten Kartoffeln. Auch rektale Geschwüre, die wie verfaulte Kartoffeln aussehen, sind zu beobachten.

Die Hauptanwendungen von Solanum tuberosum aegrotans sind:

Analprolaps, schmerzhafte Brustdrüsen, rektale Geschwüre, Pruritus vulvae, Obstipation, Rhinitis, Bronchitis, Rheuma, Stirnkopfschmerzen, Schlaflosigkeit, Ileus, Ischialgie, Kopfschmerzen.

Verhalten

Kartoffel-Menschen brauchen Vorschriften und Verbote, um sich sicher zu fühlen. Häufig arbeiten sie in Organisationen, in denen klare Regeln herrschen. Sie sind die linke Hand des Chefs und versuchen möglichst alles genau so zu machen, wie er es möchte. Auch in einer Liebesbeziehung

suchen sie sich gerne einen stärkeren Partner bzw. eine stärkere Partnerin.

Sie orientieren sich gerne an anderen. Das gibt ihnen Sicherheit. In diesem Verhalten erinnern sie stark an Calcium-carbonicum- oder Bryonia-Persönlichkeiten. In ihren Beziehungen kommt es aber häufig dazu, dass Kartoffel-Menschen von ihrem Partner nicht die Anerkennung bekommen, die sie sich wünschen.

Bei der Solanum tuberosum aegrotans-Konstitution finden sich hypochondrische Patienten. Sie reagieren schon auf die geringste Kleinigkeit mit großer Gereiztheit. Die Menschen können aus Wut alles zerbrechen oder sich in die Hände beißen.

Sie leiden unter mangelnder Versorgung der emotionalen Grundbedürfnisse, fühlen sich als die geborenen Verlierer. Das gilt auch bereits für Kinder. Um nicht verletzt zu werden, gehen sie in Verteidigungsbereitschaft. Auch gut gemeinte Annäherungsversuche werden oft fehlinterpretiert, sie gehen zum Gegenangriff über.

„Ich weiss, dass ich keine Liebe verdient habe und deswegen kann ich sie auch nicht bekommen. Ich muss nur zusehen, dass ich nicht immer noch dafür verhöhnt werden, dass ich so schwach bin.“

Geistes- und Gemütssymptome

Teil der Kartoffelsymptomatik sind geistige Verwirrung und Gedankenandrang. Die Aufmerksamkeit ist leicht durch andere Dinge gestört. In der Arzneimittelprüfung von Solanum tuberosum aegrotans fand sich auch das entsprechende Heilungssymptom: Konzentration und Fokussierung leichter und länger anhaltend. In der Prüfung zeigte sich außerdem ein verhältnismäßig heftiger Lachanfall und eine starke emotionale Trauerreaktion auf fiktionale Geschichten.

Das Schlafbedürfnis kann ausgeprägt sein, man findet eine unwiderstehliche Müdigkeit. In der Prüfung aber auch lange Wachheit mit mehr als 32 Stunden ohne Schlaf. Die Kartoffel hat einen unruhigen Schlaf. Sie fährt leicht im Schlaf auf, wie im Schreck. Sie hat viel Angst beim Erwachen um die Zukunft.

Allgemein macht sie sich große Sorgen um die Zukunft, beißt sich in die Hände deswegen (evtl. als Kompensation). Sie hält sich für armselig und verweilt mit ihren Gedanken oft in der Zukunft.

Es besteht eine Abneigung gegen geistige Arbeit, gegen Arbeit im Allgemeinen, bis hin zur Faulheit. Auch Furcht vor Arbeit kann vorkommen.

Die Kartoffel ist geschwätzig, kann aber auch mürrisch, reizbar und streitsüchtig sein. Auch



Foto: Ralf / Pixabay

»Ich weiss, dass ich keine Liebe verdient habe und deswegen kann ich sie auch nicht bekommen. Ich muss nur zusehen, dass ich nicht immer noch dafür verhöhnt werde, dass ich so schwach bin.«

Zitat einer „Kartoffel-Patientin“

Zerstörungswut, mit dem Verlangen Gegenstände zu zerbrechen, ist ein Kennzeichen.

Kartoffel-Menschen können von übler Laune sein, und ihr ständiges, unwillkürliches Seufzen ist vielleicht ein Ventil dafür. Ferner sind Hypochondrie und Ruhelosigkeit ein Thema der Kartoffel.

Die Menschen haben ein großes Verlangen nach häufigem Tapetenwechsel, es muss immer etwas Neues geschehen.

Eigentümlich sind Beklommenheitsgefühle oder schockartige Empfindungen beim Trinken oder Waschen mit kaltem Wasser.

Vereinzelt finden sich auch Wahnideen. Insbesondere, dass Diebe im Haus sind oder dass Diebe beim Aufwachen hinter dem Vorhang stehen.

Die Kartoffel träumt von sexuellen Übergriffen und gerechter Bestrafung des Täters. Es gibt Träume von Schlachten, Leichen, riesigen Blutlachen, von Dieben, von Zaubern, Hunden, Hexen, grünen Männern, vom Ersticken, von Feuer und von Revolution. Auch Träume, in Stücke geschnitten zu werden, vom Turm herunter zu fallen oder Menschenfleisch zu essen, kommen vor.

Es gibt erotische Träume und Träume, verliebt zu sein. Die Kartoffel träumt von Männern, die sich in redende Tiere verwandeln. Oder sie träumt einfach nur wirr.

Organsymptome

Das homöopathische Mittel *Solanum tuberosum* wurde bei Wadenkrämpfen, Finger- und Daumen-

krämpfen, Ohnmachten, rheumatischer Iritis und Kopfschmerzen angewendet.

Burnett behandelte mit *Solanum tuberosum* Tumore, die sich wie Massen von Kartoffeln im Bauch anfühlten. Auch tief in den Augenhöhlen liegende Augen, erweiterte Pupillen, ein starrer Blick und ein hypokratischer, ängstlicher Ausdruck waren Teil des Bildes. Die Patienten hatten eine stammelnde Sprache, und es fiel ihnen schwer die Zunge beim Sprechen zu bewegen. Auch die Neigung, zwischen den Zähnen heraus zu spucken, ist beschrieben.

Von Kopf bis Fuß daher an dieser Stelle einige wichtige Symptome von *Solanum tuberosum aegrotans*:

Kopf

Heftige Kopfschmerzen, mit dem Gefühl, als würde das Gehirn im Schädel Sprünge machen, besonders beim Bücken. Der Kopf fühlt sich schwer an, er kann kaum hochgehalten werden.

Die Kopfschmerzen werden besser durch den Geruch von Alkohol. Man findet eine schmerzhaft empfindliche der Kopfhaut und der Haarwurzeln. Das Haarekämmen ist nicht zu ertragen.

An den Augen finden sich krankhafte Kontraktionen und ein Zucken des linken Oberlides. Außerdem reichlichen Tränenfluss beim Erwachen, einen Blutandrang in der Bindehaut und ein Prickeln und Brennen in den Augen.

Im Inneren des Halses gibt es das Gefühl von fleischigen Wucherungen und das Gefühl, als ob etwas im Hals steckte.

Herz-Kreislauf

Es gibt Schmerzen in der Herzregion und Stiche im Herzen. Der Puls geht unregelmäßig, manchmal schwach, manchmal hart und gespannt.

Atmungsorgane

Auffallend ist ein stinkender Atem wie von fauligen Kartoffeln. Es kommt zur Brustbeklemmung, zum Blutandrang in der Brust, zum Reißen in der Brust. Ferner wird ein Prickeln wie von 1.000 Nadeln im Brustkorb beschrieben, an der inneren Oberfläche des Sternums, und auch in der Trachea.

Es gibt Husten mit Auswurf von gelbem Schleim. Der Husten kann auch trocken sein und Tag und Nacht andauern. Es kann dann zum Auswurf schwarzer Blutklumpen kommen, frühmorgens.

Würgen und Schweratmigkeit stellen sich nach dem Essen ein und sind ausgelöst durch Mundtrockenheit. Außergewöhnlich ist eine Heiserkeit beim Gehen.

Verdauung

Solanum tuberosum wird häufig bei entzündlichen Verdauungsbeschwerden mit Kopfschmerzen eingesetzt. Die Grundlage für die Beschwerden bildet wie bei anderen Nachtschattengewächsen die Versagung der emotionalen Grundbedürfnisse in der Kindheit.

Für *Solanum tuberosum aegrotans*-Patienten sind folgende Verdauungssymptome kennzeichnend:

Appetit auf salziges Essen. Speisen schmecken bitter wie Galle. Es gibt ein großes Verlangen nach Alkohol, nach Orangen und Kaffee. Geschildert wird brennender Durst, außergewöhnlich ist der Geschmack von rohen Kartoffeln am Morgen.

Im Darm entstehen Schmerzen, als ob sie verknotet wären. Der ganze Bauch rumort. Das Abdomen kann schmerzhaft sein, besonders bei Berührung entlang der Mittellinie. Am Rektum zeigt sich neben akuten Schmerzen auch ein hartnäckiges Heraustreten des Darms und ein Zurückziehen des Rektums beim Stuhlgang. Die Patienten leiden unter Verstopfung. Sie pressen beim Kotabsatz, bis die Tränen kommen.

Harn- und Geschlechtsorgane

Der Urin hat ein öliges Häutchen. Man findet an-

haltendes Urinieren beim Stuhlgang, Hitze und Schmerz in der Harnröhre, nach der Miktion. Es gibt das Gefühl, als würde sich etwas vom Sakrum (Kreuzbein) ablösen. Die Menses riecht nach faulem Fleisch oder verfaultem Fisch.

An den Genitalien können sich kleine Pickel und unerträgliches Jucken an den Labien entwickeln. Beachtenswert ist an den Hoden das Gefühl eines Gewichtes.

Haut

Man findet eine dunklere Haut und einen stinkenden Körpergeruch. Die Haut ist insgesamt empfindlich. Kleine rote Pickel treten auf, die heftigen Juckreiz erzeugen. Der Schweiß lässt das Bett nach Kartoffeln riechen.

Bewegungsorgane

Entsetzliche Muskelschmerzen sind beschrieben worden und Schmerzen durch die geringste Bewegung. Daneben sind Schmerzen in der Wirbelsäule kennzeichnend. Ferner ein prickelndes und stechendes Gefühl in der Wirbelsäule und auch ein heftiges Klopfen in der Wirbelsäule, besonders früh, im Liegen.

Modalitäten

Verschlimmerung der Symptomatik durch Berührung und durch Druck. Durch Gehen, Geruch von Alkohol, im Schlaf, Kopfschmerzen, beim Erwachen, durch Arbeiten.

Besserung: Besserung durch den Geruch von Alkohol.

Als Vorlieben beim Essen fallen auf ein Appetit auf salziges Essen, ein großes Verlangen nach Alkohol, Orangen, Kaffee, außerdem cremig-sahnige Saucen und Schokolade.

Literatur:

Deutsches Arzneibuch 2023 (DAB), Stübler, M./Krug, E.: Leasers Lehrbuch der Homöopathie Band 4, Haug-Verlag, Heidelberg 1988.
Hiller, K./Melzig, M. F.: Lexikon der Arzneipflanzen und Drogen, Spektrum-Verlag, Heidelberg-Berlin 2000.
Und weitere beim Verfasser.



Hp / Tierarzt Arne Krüger

Stellvertretender Schulleiter der Samuel-Hahnemann-Schule Berlin
Mohriner Allee 88, 12347 Berlin
Tel.: (030) 703 69 60
www.arnekrueger.de