

Guarana

homöopathische Arzneimittelprüfung (HAMP)

Prüfungsdirektor: Dr. Mohinder Singh Jus

Prüfungskoordinatorin: Dr. Martine Cachin Jus

Prüfungsleitung: Nathalie Huser, Nicolienne Potgieter

Organisation: Dr. B.K. Bose Stiftung

Guarana...Energydrink, Aufputzmittel, eine Mode-Substanz für unsere hektische und leistungsorientierte Gesellschaft.

In der Homöopathie ist Guarana ein wenig bekanntes Mittel. Was wir bis anhin über Guarana wissen stammt v.a. aus klinischen Erfahrungen und aus einer Prüfung nicht in potenziertes, sondern in materieller Form. Um das Heilpotenzial von Guarana zu erforschen, entschied die Dr. B.K. Bose Stiftung Guarana nach den Richtlinien der klassischen Homöopathie ausführlich zu prüfen.

Das Resultat übertraf unsere Erwartungen. Guarana zeigte eine deutliche Wirkung auf die Nerven und wir sind sicher, dass es bald Einzug in den homöopathischen Praxen finden wird und zum Wohl vieler Patienten eingesetzt wird.

Die Pflanze

Botanischer Name: Paullinia cupana, Paullinia sorbilis (Brasilianischer Kakao)

Familie: Seifenbaumgewächse (Sapindaceae)

Vorkommen: In Brasilien (besonders am Amazonas) und Venezuela. Ursprünglich stammt diese Lianenart aus dem Amazonasbecken.

Botanik: Ein bis zu 12 m langer Schlingstrauch mit etwa 30 cm langgestielten, unpaarig gefiederten Blättern und rispigen, kleinen weissen Blütenständen. Ihre roten Früchte mit den bitter schmeckenden Kernen zeichnen sich durch ihren hohen Koffeingehalt aus.

Inhaltsstoffe: Hauptsächlich Koffein (ca. 4-8% in der Trockenmasse). Der Koffeingehalt ist damit fünf bis zehnmal so hoch als in der Kaffeebohne (*Coffea arabica*). Enthält auch Theobromin (0.03-0.17%) und Theophyllin (0.02-0.06%), Gerbstoffe (bis 12%), Saponine, Harz, Schleim, Stärke und roter Farbstoff.

Verwendeter Pflanzenteil (auch für die homöopathische Urtinktur nach HAB): Guaranapaste, die aus den geschälten, getrockneten, gerösteten und gepulverten Samen durch Zusatz von Wasser bereitet, dunkelrotbraune Masse (Pasta Guaranæ, Massa Guaranæ).

Stärker als Kaffee

Guarana besitzt die stimulierende Wirkung des Kaffees. Die anregende Substanz wird jedoch im Gegensatz zu dem im Kaffee enthaltenen Koffein erst nach und nach freigesetzt und hält somit vier bis sechs Stunden an. Die unterschiedliche Wirkung lässt sich darauf zurückführen, dass das Koffein in den Guaranasamen an Gerbstoffe gebunden ist, die erst abgebaut werden müssen, bevor das Koffein freigesetzt wird

und seine Wirkung entfalten kann. Fälschlicherweise wird die anregende Substanz oft auch als Guarantin bezeichnet. Eine solche Substanz gibt es jedoch nicht.

Es können die gleichen Nebenwirkungen wie beim Genuss von Koffein aus anderen Quellen auftreten, z. B. Nervosität oder Schlafstörungen. Die längerfristige Anwendung von Guarana kann in Extremfällen Gedächtnisschwund und Konzentrationsstörungen hervorrufen.

Die Frucht der Jugend

Guarana (auch „warana“ = "Frucht der Jugend" genannt) ist den Indios schon seit Jahrhunderten bekannt. Guarana wurde zuerst von den Quaramis, einem südamerikanischen Indianerstamm, entdeckt. Die Legende sagt, dass aus den Augen einer wunderschönen Indianerin ein Spross entsprungen ist, der Frauen und Männern Kraft, Schönheit und ein langes Leben schenkt.

Schon vor Jahrhunderten trockneten die Amazonas-Indianer die Guarana-Samenkerne und zerrieben diese an der rauen Zunge des Piracucu-Fisches zu Pulver. In Wasser aufgelöst erhielten sie daraus ein erfrischendes Getränk für ihre Jagdausflüge. Sie konnten so zwei oder sogar drei Tage lang ohne Nahrungsaufnahme reisen.

Die Pflanze wird bis heute noch besonders von den Maues-Indianern an einem Nebenfluss des Amazonas kultiviert und als „Geschenk der Götter“ verehrt.

1669 wurde Guarana in den Briefen vom Jesuitenmissionar Joao Felipe Betendorf erstmals beschrieben. 1822 erwähnte auch Alexander von Humboldt die therapeutischen Eigenschaften von Guarana, der die Pflanze und das daraus bereitete Getränk bei seiner Reise vom Orinoko zum Rio Negro kennenlernte.

„Ich bemerke bei dieser Gelegenheit, dass ein Missionar selten auf Reisen geht, ohne den zubereiteten Samen der Liane Cupana (Guarana) mitzunehmen. Diese Zubereitung erfordert grosse Sorgfalt. Die Indianer zerreiben den Samen, mischen ihn mit Maniokmehl, wickeln die Masse in Bananeblättern und lassen sie im Wasser gären, bis sie safrangelb wird. Dieser Teig wird an der Sonne getrocknet, und mit Wasser angegossen, genießt man ihn morgens statt Tee. Das Getränk ist bitter und magenstärkend, ich fand aber den Geschmack sehr widrig.“ Alexander Von Humboldt (Reise in die Aequinoctial-Gegenden des neuen Continents, Bd.5, S.113, Stuttgart 1862)

Die Droge wurde schliesslich seit dem 19. Jh. auch in Deutschland über lange Zeit rezepturmässig zu Migränpulver verarbeitet.

Modernes Lifestyle-Mittel

Nur wer ständig fit und hellwach ist, kann mithalten in der Leistungs- und Spassgesellschaft. Und so trinken viele Menschen mit Kaffee und anderen Muntermachern gegen die Müdigkeit an.

In Südamerika sind Getränke auf Guarana-Basis sehr beliebt. Zusätzlich ist Guarana in Brasilien auch zur Stärkung der Potenz und zur Förderung eines regen Sexlebens bekannt. Verbreitung finden auch Schokolade, Kaugummi und Energy Drinks mit Guaranaanteil.

Seit Kurzem werden bei uns im Westen Produkte mit Guarana als natürliche, gesunde, nebenwirkungsfreie Wachmacher angepriesen. Doch Vorsicht - auch scheinbar sanfte Mittel auf der Basis von Guarana können gefährlich werden, und teuer sind sie obendrein.

Energy-Drinks, Kaugummis, Tabletten und Pulver aus Guarana versprechen »exotischen Genuss, der munter macht«, »erfrischende Belebung ohne Belastung von Magen, Herz und Kreislauf« und »Mobilisierung der Leistungsreserven«.

Präparate mit Guarana wirken im Grunde wie Kaffee. Hauptwirkstoff ist Koffein und das beseitigt bekanntlich Gefühle von Müdigkeit und Abgespanntheit, erhöht Konzentrations- und Lernfähigkeit - alles aber nur kurzfristig.

Höhere Dosen erzeugen Ruhelosigkeit und Zittern, manchmal auch Herzrhythmusstörungen. Wegen Schlafmangels kann es sogar zu absoluten Erschöpfungszuständen kommen, sobald die körperlichen Reserven verbraucht sind. Empfindliche Menschen reagieren bereits auf kleine Mengen Koffein mit Schlaflosigkeit, innerer Unruhe, gesteigerter Herzfrequenz und Durchfällen. Und für Schwangere steigt bei über 600 mg die Gefahr von Fehl- und Frühgeburten.

Guarana ist magenfreundlicher als Kaffee, weil es keine Röstprodukte enthält, welche die Magensäureproduktion zusätzlich anregen. Dafür ist die Dosierung von Guarana-Produkten für die meisten schwierig. »Kaffee ist ein Kulturprodukt, aber Guarana können die wenigsten einschätzen«, erklärt Manfred Schubert-Zsilavecz, Pharmazeut an der Universität Frankfurt und wissenschaftlicher Berater von ÖKO-TEST.

Guarana ist auch als „Technodroge“ bekannt, ein wichtiger Bestandteil in „*Herbal Ecstasy*“.

Guarana in der Homöopathie

Eingeführt wurde Guarana von Gavrella, der diese Substanz nützlich fand bei »Diarrhoe der Schwindsucht, krankmachenden Kopfschmerzen, Lähmungen, langsamer Genesung und als ein Tonikum«. Die Arzneimittelprüfung wurde anschliessend im Jahre 1873 von Allen durchgeführt – allerdings wurde das Mittel nicht in potenziertes, sondern in materieller Form als Trituration der Samen geprüft. Hauptprüfer war damals Dr. W. Macdowell.

Die Beschreibung der bis anhin vorhandenen Arzneisymptomatik kann bei folgenden Autoren nachgelesen werden: Hering C., Leitsymptome unserer Materia Medica; Allen T.F., The Encyclopedia of pure Materia Medica; Clarke J. H., Praktische Materia Medica.

Die Indikationen für die Anwendung von Guarana in der Homöopathie basieren auf folgenden klinischen Erfahrungen: Kopfschmerzen, Migräne, palliativer Gebrauch bei Migräne, Diarrhoe und Ruhr. Weitere Quellen: können bei

Unsere HAMP

Die Prüfsubstanz *Guarana C30 (Korsakov)* stammte von der Homöosana, CH-6300 Zug und wurde placebokontrolliert doppelblind über einen Zeitraum von mindestens 6 Wochen geprüft. Sowohl die Prüfer als auch die Studienleiterin waren verblindet, d. h. sie wussten beide nicht, welche Substanz geprüft wurde und ob es sich dabei um Placebo oder Verum handelte.

Die Prüfer (auch Probanden genannt) waren gesunde Freiwillige. Dies ist eine wichtige Voraussetzung für eine homöopathische Arzneimittelprüfung (HAMP). Bei den

Probanden handelt es sich um Homöopathen und Homöopathie-Studenten. Sie mussten bestimmte Aufnahmekriterien erfüllen, um an dieser Arzneimittelprüfung teilnehmen zu können. Ein persönliches Aufnahmegespräch mit der Prüfungsleiterin fand vor der Prüfung statt.

14 Probanden erhielten das Mittel, *Guarana C30* (8 Frauen, 6 Männer). 5 Probanden bekamen Placebo. Die Probanden notierten täglich ihre Symptome in vorgedruckte Tagebücher. Die Auflistung der Symptome erfolgte jedoch frei, d. h. im eigenen Wortlaut.

Das homöopathische Arzneimittelbild

Nachfolgend werden die Leitsymptome unserer HAMP zusammen mit den Symptomen aus dem Synthesis-Repertorium (2- und 3-wertige Symptome sowie kleinere Rubriken) und den bereits vorhandenen Symptomen aus der Materia Medica (Hering, Clark J.H., Kent, Allen T.) aufgelistet.

B: Leitsymptome unserer HAMP.

SY: Symptome im Synthesis-Repertorium

MM: Symptome die schon in der Materia Medica (Hering, Allen, Clarke J.H.) vorhanden sind.

Wertegrade der Leitsymptome der vorliegenden HAMP:

Je nach Häufigkeit und Intensität der Symptome sind sie im verschiedenen Wertegrade aufgeführt. Die Probanden konnten die Intensität ihrer Symptome mit Grad 1 bis 5 werten, wobei 5 dem intensivsten und 1 dem schwächsten Grad entsprach.

- Ein Symptom wird als 3-wertig aufgeführt, wenn die Häufigkeit des Symptoms mindestens 50 % beträgt, d. h. mindestens 50 % der Probanden hatten dieses Symptom und / oder es der Intensität Grad 4 bis 5 entspricht. Die 3-wertigen Symptome werden **fett** geschrieben.
- Ein Symptom wird als 2-wertig aufgeführt, wenn die Häufigkeit des Symptoms mindestens 30 % bis 49 % beträgt und Intensität Grad 3 entspricht. Die 2-wertigen Symptome werden *kursiv* geschrieben.
- Die restlichen Symptome werden als 1-wertig eingeteilt und werden in normaler Schrift aufgeführt.

Geist und Gemüt

- *Vergesslichkeit*. Gedächtnis wie ausgeschaltet. ^B
- Anspannung. Beisst Zähne fest aufeinander. ^B
- Delirium. ^{SY}
- Extravaganz, Masslosigkeit. ^{SY}
- Ungewöhnliche Stimmung zu fortgesetzter Arbeit. ^{B,MM}
- Verwirrung. Macht unlogische Handlungen. ^B
- Desorientierung. Weiss nicht, welcher Tag / Monat / Jahr heute ist, wie spät es ist. ^B
- Will etwas machen, aber weiss nicht mehr was. ^B

- Verdreht Wörter, Buchstaben und Zahlen. Macht viele Schreibfehler, lässt Buchstaben aus. ^B
- **Konzentrationsprobleme** < nachmittags. Hirn ist wie gelähmt. Schnell abgelenkt. ^B
- *Benebelt im Kopf.* Gefühl von Watte im Kopf. Dumpfes, stumpfes Gefühl im Kopf, unfähig zu denken. Gefühl wie betrunken. ^B
- *Verlangsamtes Denken und Handeln.* Denken wie in Sirup: zähflüssig, komme nicht vorwärts. Kann bekanntes Wissen nicht abrufen. Blockiertes, gelähmtes Denken. > an der frischen Luft, > nach Schlaf, > nach Bewegung. ^B
- **Enorme Müdigkeit > nach kurzem Schlaf, < nachmittags.** *Müdigkeit > nach kurzem Schlaf.* Erschöpfung. Häufiges Gähnen. Augen fallen einfach zu, Kurzschlaf für wenige Minuten. Anfallsartige Müdigkeit. *Müdigkeit nach dem Mittagessen.* Konzentrationsprobleme zusammen mit Müdigkeit. Augen fallen zu beim Lesen. Müdigkeit trotz genügend Schlaf. ^B
- Nervosität, Ruhelosigkeit. Innere Unruhe. Innerliches Zittern. Gefühl wie nach zuviel Kaffeegenuss. ^{B, SY}
- Nervosität und Müdigkeit. ^{MM}
- Weinerlich. Schnell gerührt. ^B
- *Traurigkeit.* ^{B, SY}
- **Traurigkeit während Kopfschmerzen.** ^{SY}
- **Reizbarkeit.** *Wird schnell wütend, ärgerlich.* Wutausbrüche wegen Kleinigkeiten. ^B
- Ungeduld. ^B
- Unzufriedenheit. ^B
- Lebhaft, munter. ^{B, SY}
- Fröhlichkeit, überspanntes Betragen. Geistige Überempfindlichkeit; Erregung des Intellekts. ^{MM, SY}
- Spontaneität. Weniger Hemmungen. ^B
- *Verlangen alleine zu sein.* Abneigung gegen Gesellschaft. ^B
- *Hoffnungslos, mutlos.* Niedergeschlagen. Depressiv. Besorgt um seine Zukunft. ^B
- Kummer, seelische Depression mit Appetitmangel (Anorexie). ^{MM}
- Gleichgültigkeit Mitmenschen gegenüber. Gleichgültig, was andere über sie / ihn denken. ^B
- *Lustlos.* Passiv. Verlangen nichts zu tun. ^B
- Verlangen zu arbeiten. Gewissenhaft. ^B
- Zukunftsangst. Angst vor unheilbaren Krankheiten. ^B

Schwindel

- Wirres Gefühl im Kopf, alles dreht sich. Angst beim Aufstehen umzufallen. ^B
- Mehrmals Schwindel beim nach unten Sehen mit leichter Übelkeit. ^B
- Schwindel mit Neigung nach vorne zu fallen, stürzen. ^{SY}

Kopf

- **Starke Kopfschmerzen < nachmittags, > Wärme, > Ruhe, > Druck.** ^{B, SY}
- *Kopfschmerzen > nach Schlaf.* ^B
- Kopfschmerzen < abends. ^B
- Kopfschmerzen mit Unruhe, Nervosität. ^{B, SY}
- anfallsartige Kopfschmerzen mit Übelkeit oder Erbrechen. ^{B, MM}
- *Kopfschmerzen mit ausstrahlenden Schmerzen in das rechte Auge.* ^B
- *Dumpfe Kopfschmerzen* im Hinterkopf, in den Schläfen. ^B
- **Migräne / Kopfschmerzen mit Übelkeit oder Erbrechen bei Personen, die exzessiv Kaffee oder Tee getrunken haben.** ^{MM, SY}
- **Nervöse Kopfschmerzen gefolgt von Übelkeit oder Erbrechen, von jedem Diätfehler oder von Depressionen.** ^{MM, SY}
- Kopfschmerzen nach fettigen oder blähenden Speisen. ^B
- Pulsierende Kopfschmerzen nachmittags, abends. ^{B, SY}
- Pulsierend Kopfschmerzen in den Schläfen. ^{SY}
- Stechende Kopfschmerzen in den Schläfen, im Hinterkopf. ^B
- **Pochende, kongestive Kopfschmerzen nach übertriebenem Alkoholgenuß.** ^{MM, SY}
- *Kopfschmerzen < rechte Seite.* ^B
- *Kopfschmerzen mit Schweregefühl < nach dem Essen.* ^{SY}
- Druck- und Schweregefühl im Kopf. ^B
- *Kopfschmerzen < Kaffeegenuss.* ^{SY}
- Juckende Kopfhaut. ^B
- Hitzegefühl im Kopf. Blutandrang im Kopf während dem Essen mit dunkelrotem Gesicht. ^{B, SY}
- Ameisenlaufen in den Schläfen. ^{SY}

Augen

- *Zuckungen der Augenlider.* ^{B, SY, MM}
- Schmerzen in den Augenhöhlen. ^{B, SY}
- *Kopfschmerzen mit ausstrahlenden Schmerzen in das rechte Auge.* ^B

- Augen morgens verklebt mit schleimigem Sekret. ^B
- Starren, stieren. ^{SY}
- Augenschmerzen während der Hitze. ^{SY}
- Brennen, Rötung und Juckreiz in den Augen morgens beim Aufstehen. ^B
- Fremdkörpergefühl im linken Auge, > Augen schliessen. ^B

Ohren

- *Ohrgeräusche. Knacken, Pfeifen, Ohrensausen.* ^{B, SY}
- Schwerhörigkeit. ^{SY}

Nase

- *Beidseits verstopfte Nase.* ^B
- Brennende Nasenlöcher. ^B
- Zäher, dicker, gelb-grüner Nasenausfluss. ^B
- Verstopfte Nase mit wässriger Absonderung. ^B
- Eitrige Pickel in den Nasenlöchern. ^B
- Nase frei nach Orgasmus. ^B
- Härte der Nasenflügel. ^{SY}

Gesicht

- Hitzegefühl im Kopf. Blutandrang im Kopf während dem Essen mit dunkelrotem Gesicht. ^{B, MM}
- Eiterpickel am Kinn und an den Wangen. ^B
- Juckreiz an den Wangen und unter den Augen ohne Ausschlag und Rötung. ^B
- Warmes Gesicht. ^B
- Zuckungen in der linken Gesichtshälfte. ^B
- Chloasma. ^{SY}
- Gerötetes Gesicht. ^{SY}
- Brennende Schmerzen im Gesicht. ^{SY}

Mund

- Zahnfleischbluten. ^B
- Schmerzendes Zahnfleisch. ^B
- Bitterer oder verbrannter Geschmack im Mund. Nicht > durch Trinken. ^B
- Mundtrockenheit nachts im Bett, > Bett verlassen. ^B

Hals

- *Halsschmerzen < morgens beim Aufstehen.* ^B
- Halsschmerzen < leer schlucken, > warme Getränke. ^B
- Schmerzen beim Schlucken, die zu den Ohren ausstrahlen. ^B

- Schmerzlose Heiserkeit mit Wundgefühl, Trockenheit im Hals, > kalte Getränke. ^B
- Schwache Stimmbänder, sind gegen Abend immer wieder angegriffen. ^B

Magen

- *Starker Durst mit Verlangen nach kaltem Wasser.* ^B
- *Grosser Appetit, starkes Hungergefühl.* ^B
- Fehlender Appetit. ^{B, MM}
- Abneigung gegen Kaffee(-geruch). ^B
- Verlangen nach Kaffee. ^{SY}
- *Verlangen nach Wein.* ^B
- Verlangen nach Süssigkeiten, Obst. ^{B, SY}
- **Übelkeit** < morgens. ^B
- **überwältigende Müdigkeit nach dem Essen.** ^{B, SY}
- *Müdigkeit nach dem Mittagessen. > nach kurzem Schlaf.* ^B
- Spannungsgefühl und Ängstlichkeit im Solarplexus. Krampf und Angst in der Magengrube. > Windabgang, Aufstossen. Krampf in der Magengrube sofort nach dem Essen. Magenbrennen. Gefühl von einem Knoten in der Magengrube sofort nach dem Essen. > Windabgang, > leichter Druck, > Wärme. ^B

Abdomen

- Bauchkrämpfe, > Wärme. ^B
- Abends 20.00- 24.00 Uhr schleimiger Durchfall mit regelmässigen Krämpfen. Der Bauch ist gebläht, Krämpfe > durch Windabgang. ^B
- stechende Schmerzen rechts unter dem untersten Rippenbogen in der Lebergegend. > Druck, > liegen auf schmerzhaften Seite, > Wärme. ^B
- Leichte Spannung im linken Oberbauch. > Windabgang, > Aufstossen, > nach Stuhlen. ^B

Rektum / Stuhlgang

- mehrmals täglich Stuhlgang. ^B
- Flockiger Stuhl. Wässriger Stuhl mit Flocken. ^{SY}
- Reichlicher, grüner, schleimiger, geruchloser Stuhl. ^{SY, MM}
- Geruchloser Stuhl. ^{SY}
- Plötzlicher Stuhldrang. Stuhldrang sofort nach dem Aufstehen morgens. ^B
- Verstopfung. Stuhlgang hart, schwer zu entleeren. ^B
- Durchfall mit Krämpfen. Stuhl wässrig, schleimig, stinkend. ^B
- Säuglingsdiarrhoe. Brechdurchfall bei Säuglingen (Cholera infantum). ^{MM}
- Chronischer Durchfall bei Kindern, beinahe bis zum Marasmus. ^{MM}
- Durchfall bei Schwindsucht. ^{MM}

- Sommerbeschwerden bei Kinder; Durchfall beim Zahnen; Durchfall und Erbrechen von falschem Essen. ^{MM}

Harnwege

- *häufiger Harndrang* < nachts. ^{B, SY}
- Druckschmerz in der Blasengegend. ^B
- Stechende Schmerzen in der Blase. ^B
- Blasenkrämpfe. ^{SY}

Weibliche Genitalien

- Leukorrhoe gelb, dickflüssig, riecht unangenehm. ^B
- starke Stiche verspürt im Unterbauch / Vaginalregion während der Menstruation, > aufstossen, > Druck, > Windabgang. ^B

Männliche Genitalien

- *Ziehende Schmerzen im linken Hoden.* ^B
- *Tiefe oder abgeschwächte Libido. Absolut kein Sexualverlangen.* ^B
- Libido hoch. Tage wechseln sich ab zwischen hoher und tiefer Libido. ^B
- Viele sexuelle Phantasien und Erektion. ^B
- Aggressive sexuelle Phantasien bis hin zur Vergewaltigung. ^B
- Erwacht morgens zwischen 4.00 und 6.00 Uhr wegen sexueller Gedanken und onaniert. ^B
- Mühe mit Einschlafen wegen sexueller Gedanken. ^B
- Sexuelle Lust und Erektion, aber unfähig zum Orgasmus zu kommen. ^B
- Nase frei nach Orgasmus. ^B

Atemwege

- Druck auf Herz und linke Lungenseite. Schmerzen und Engegefühl beim tief Atmen. ^B
- trockener Husten vor Mitternacht während dem Schlaf, ohne dabei zu erwachen. ^B
- Husten mit klarem, zähem, salzigem Auswurf. ^B
- mehrfaches Räuspern wegen salzigem Schleim, der nicht ausgeworfen werden kann. ^B
- Gefühl von offener Brust. ^{SY}

Herz

- **Gefühl von Druck auf der Brust / in der Herzgegend. Engegefühl in der Brust.** Aufkommende Nervosität und Schwächegefühl. Enge- und Druckgefühl nachts um 2.00 Uhr. < in Ruhe, > Ablenkung, > in Rückenlage. ^B
- Stechende Schmerzen in der Herzgegend. ^B

- Druck auf Herz und linke Lungenseite. Schmerzen und Engegefühl beim tief Atmen. ^B
- beengender Druck auf der Brust , < beim Einatmen, > beim Ausatmen. ^B
- Muss tief ein- und ausatmen, um den Druck auf der Brust zu erleichtern. < jede Berührung, > in Rückenlage. ^B
- Herzklopfen bei geringer Anstrengung. Herzklopfen bei schnellem bergauf Gehen. ^B
- Palpitationen, Extrasystolen. ^B
- Verringerung des Herzschlages. ^{MM}

Rücken

- Druck an der Wirbelsäule auf Höhe des Nackens mit Hitzegefühl. Gefühl als ob eine grosse Klammer die Wirbelsäule zudrückt. > aufrecht sitzen, > strecken. ^B
- *Schmerzen, Verspannungen in der linken Schulter, < Bewegung, < Kälte, < Arm hochheben.* ^B
- Ziehende Schulterschmerzen mit rasch steigender Müdigkeit, > im Liegen. Schulterschmerzen < Arm hochheben, < Druck, < auf der schmerzhaften Seite liegen. ^B
- **Nackensteifheit**, > Bewegung, > Wärme. ^B
- Schiessende, elektrisierende Schmerzen der Wirbelsäule entlang. ^B
- Starke Rückenschmerzen morgens beim Aufwachen. Schmerzen beginnen in der Mitte der Wirbelsäule und breiten sich von dort über den ganzen Rücken aus. > Bewegung, < auf der schmerzhaften Seite liegen, > Bauchlage. ^B

Extremitäten

- Zuckungen in den rechten Fingern. ^B
- *kalt-feuchte Hände. Kalte Hände und Füsse.* Schmerzende Finger vor Kälte.
- *Krämpfe in den Füßen. Krämpfe in den Zehen.* ^B
- *Kribbeln, Prickeln, Gefühl von Ameisenlaufen in Armen und Beinen, < linke Seite, < nachts.* ^B
- Wandernder Juckreiz an den Armen und am Schultergürtel, > warmes Bad.
- plötzliche Stiche auf der Haut an den Extremitäten, > kratzen. ^B
- sehr trockene Haut mit Rissbildung und Blutung an Händen und Füßen.
- furunkulöse Pickel an den Extremitäten und in den Achselhöhlen. ^B
- **stechende Schmerzen in den Oberschenkeln**, < linke Seite. Stechende Schmerzen im rechten Becken, > in Ruhe, < körp. Belastung. ^B
- stechende Schmerzen im linken Knie, Gefühl wie blockiert, versteift, < Bewegung. ^B
- Schwellung des linken Knies, < abends. ^B
- Schmerzen in den Handgelenken, Gefühl wie verstaucht. ^B

- Schmerzen wie Muskelkater in beiden Oberschenkeln, < linke Seite. ^B

Haut

- sehr trockene Haut mit Rissbildung und Blutung an Händen und Füßen. ^B
- furunkulöse Pickel an den Extremitäten und in den Achselhöhlen. ^B
- Wandernder Juckreiz an den Armen und am Schultergürtel, > warmes Bad. ^B
- plötzliche Stiche auf der Haut an den Extremitäten, > kratzen. ^B
- Urtikaria. ^{SY, MM}
- Chloasma, Lupus erythematosus. ^{SY}

Schwitzen

- starker Nachtschweiss. ^B
- **Hitzewallungen, Schweissausbrüche am ganzen Körper.** ^B
- *kalt-feuchte Hände.* ^B

Körpertemperatur

- *Empfindlich auf Kälte, fröstelig.* Kalte Hände und Füße. ^B
- *Warmes, heisses Gesicht gegen Abend. Fiebriges Gefühl im Kopf.* Aber Hände und Füße sind kalt. ^B

Schlaf

- **morgens fit und ausgeruht trotz wenig Schlaf.** ^B
- *hellwach bis 3.00 Uhr, kann nicht einschlafen. Fehlende Müdigkeit, ist voller Tatendrang nachts.* ^B
- Schlaflosigkeit. ^{SY, MM}
- Schlaflosigkeit nachts vor Mitternacht. ^{SY}
- Mühe mit Einschlafen wegen sexueller Gedanken. ^B
- **überwältigende Müdigkeit nach dem Essen.** ^{B, SY}
- *überwältigende Müdigkeit.* ^{B, SY}
- *ausgeprägte Müdigkeit trotz genügend Schlaf.* ^B
- häufiges Gähnen. ^B
- **traumreicher Schlaf, kann kaum erkennen, ob Traum oder Wirklichkeit.** ^B
- erwacht wegen nächtlichem Harndrang zwischen 3.00 und 4.00 Uhr. ^B
- **ständiges Erwachen nachts** *wegen sehr realen Träumen.* ^B

Träume

- **traumreicher Schlaf, kann kaum erkennen, ob Traum oder Wirklichkeit.** ^B
- Träume von Krieg, Soldaten, Terror und Gewalt. ^B
- Träume vom Weltuntergang, Verfolgungsjagden. ^B

Allgemein

- *Das Mittel hat einen Bezug v. a. zur linken Körperhälfte.* ^B
- Konvulsionen während dem Erbrechen. ^{SY}
- *Mattigkeit.* ^{B, SY}
- Schwäche. ^{SY}
- Zuckungen. ^{B, SY}
- Beschwerden durch Alkoholgenuss und < Alkohol. ^{SY}
- Beschwerden durch übermässigen Kaffeegenuss und < Kaffee. ^{SY}
- Chlorose. ^{SY}
- Mittel bei Genesung von erschöpfenden Krankheiten. ^{MM}

Modalitäten

Verschlimmerung

- **nachmittags (Konzentration, Müdigkeit, Kopfschmerzen)**
- abends (Kopfschmerzen, Extremitäten)
- rechts (Kopfschmerzen)
- nach dem Essen (Kopfschmerzen, Müdigkeit)
- Kaffee, Alkohol (Kopfschmerzen, allgemein)
- morgens beim Aufstehen (Halsschmerzen)
- leer schlucken (Halsschmerzen)
- morgens (Übelkeit)
- nachts (Harndrang)
- in Ruhe (Herz)
- beim Einatmen (Herz)
- Berührung (Herz)
- Bewegung (Schulter Schmerzen, Extremitäten)
- Kälte (Schulter Schmerzen)
- Arm hochheben (Schulter Schmerzen)
- Druck (Schulter Schmerzen)
- auf der schmerzhaften Seite liegen (Schulter Schmerzen)
- linke Seite
- körperliche Belastung (Extremitäten)

Besserung:

- frische Luft (Konzentration)
- **nach Schlaf (Konzentration, Müdigkeit, Konzentration)**

- Bewegung (Konzentration, Rücken)
- Wärme (Kopfschmerzen, Bauchkrämpfe, Rücken)
- Druck (Kopfschmerzen, Bauchkrämpfe)
- Augen schliessen (Fremdkörpergefühl im Auge)
- Bett verlassen (Mundtrockenheit)
- kalte Getränke (Heiserkeit)
- warme Getränke (Halsschmerzen)
- Windabgang, stuhlen, aufstossen (Bauchkrämpfe)
- liegen auf der schmerzhaften Seite (Bauchkrämpfe)
- Ablenkung (Herz)
- Rückenlage (Herz)
- beim Ausatmen (Herz)
- aufrecht sitzen (Rücken)
- strecken (Rücken)
- Bauchlage (Rücken)
- warmes Bad (Haut)
- kratzen (Haut)
- Ruhe (Extremitäten)

111 neue Symptome

Bei dieser Arzneimittelprüfung wurden unsere Prüfungssymptome durch die bereits vorhandenen Prüfungssymptome von Allen (Dr. W. Macdowell, Hauptprüfer, September 1873; siehe Allen's Enzyklopädie Band 4, S. 511) bestätigt. Die Prüfsubstanz wurde damals als Trituration der Samen, d. h. in materiellen Dosen eingenommen. Doch es wurden nicht nur vorhandene Symptome gefestigt, sondern auch viele neue und wertvolle entdeckt, da die Arznei diesmal in potenziierter Form (C 30) geprüft wurde. Von insgesamt 196 Rubriken sind 111 neue bei dieser HAMP hervorgebracht und 85 Rubriken bestätigt worden.

Wirkung auf die Nerven

Die Vermutung, die Hauptwirkung von Guarana liege auf die Nerven bestätigte sich in unserer HAMP. Vor allem die typischen **Kopfschmerzen**, die dieses Mittel verursacht, kamen deutlich zum Vorschein. *Guarana* hatte bei dieser HAMP nicht nur Auswirkungen auf die Kopfsymptome, sondern auch auf den gesamten Energiehaushalt der Probanden. Die einen litten unter einer enormen **Müdigkeit** v. a. nach dem Mittagessen oder sie fühlten sich tagelang müde, trotz genügend und erholsamen Schlaf. Andererseits kämpften einige gegen eine hartnäckige **Schlaflosigkeit** oder ständiges Erwachen an. Sie lagen nachts lange wach im Bett, hatten Einschlafprobleme, fühlten sich allerdings morgens sehr fit und erholt, obwohl sie kaum geschlafen hatten.

Grundsätzlich sind dies alles Symptome, die bei einem hohen Koffeinkonsum eines Menschen zu erwarten und somit auch typisch für *Guarana* sind. Die längerfristige Anwendung von *Guarana* kann in Extremfällen Gedächtnisschwund und Konzentrationsstörungen hervorrufen. Somit ist es nicht verwunderlich, dass viele unserer Probanden unter **Konzentrationsmangel**, verlangsamtem Denken sowie **Vergesslichkeit** und **Verwirrung** litten.

Für unsere leistungsorientierte Gesellschaft scheint Guarana ein sehr interessantes und geeignetes Arzneimittel mit viel Potenzial zu sein. Es passt zum westlichen, modernen Lebensstil, der durch viel Stress, Schlafmangel / unregelmässigen Schlafrythmus, Kopfschmerzen, Verspannungen, Nervosität und Aufputschmittel (Kaffee, Alkohol, Drogen) geprägt ist.

schnell wirkend

Grundsätzlich traten die Symptome rasch auf und verschwanden nach wenigen Stunden oder Tagen wieder. Es war keine Langzeitwirkung festzustellen und die Prüfungen wurden durchschnittlich nach ca. 50 Tagen für beendet erklärt. Daraus darf man annehmen, dass Guarana ein schnellwirkendes, aber nicht sehr tief wirkendes Mittel ist.

Indikationsfeld

Guarana scheint eine sehr starke Wirkung auf Gemüt und Nervensystem zu haben. Es könnte indiziert sein bei Folgen von geistiger Überanstrengung und Schlafmangel, so wie es oft bei Studierenden und Berufsleuten mit intellektuellen Tätigkeiten anzutreffen ist. Es könnte sich auch nützlich erweisen bei nervöser Erschöpfung, sowie bei Folgen von Missbrauch von Rauchen, Alkohol, Kaffee, Tee, Drogen wie Kokain, Cannabis oder Antidepressiva und Schlafmitteln.

Leitsymptome

(2- oder 3wertige Symptome)

- Bezug v. a. zur linken Körperhälfte.
- Vergesslichkeit.
- Konzentrationsprobleme < nachmittags.
- Benebelt im Kopf. Verlangsamtes Denken und Handeln.
- Enorme Müdigkeit < nachmittags
- Müdigkeit > nach kurzem Schlaf
- Traurigkeit. Traurigkeit während Kopfschmerzen.
- Reizbarkeit. Wird schnell wütend, ärgerlich.
- Verlangen alleine zu sein.
- Hoffnungslos, mutlos
- lustlos
- Kopfschmerzen < rechte Seite
- starke Kopfschmerzen < nachmittags, > Wärme, > Ruhe, > Druck
- Kopfschmerzen > nach Schlaf

- Kopfschmerzen mit ausstrahlenden Schmerzen in das rechte Auge
- dumpfe Kopfschmerzen
- Migräne / Kopfschmerzen mit Übelkeit oder Erbrechen bei Personen, die exzessiv Kaffee oder Tee getrunken haben
- nervöse Kopfschmerzen gefolgt von Übelkeit oder Erbrechen, von jedem Diätfehler oder von Depressionen
- Pochende, kongestive Kopfschmerzen nach übertriebenem Alkoholgenuss
- Kopfschmerzen mit Schweregefühl < nach dem Essen
- Kopfschmerzen < Kaffeegenuss
- Kopfschmerzen mit ausstrahlenden Schmerzen in das rechte Auge
- Zuckungen der Augenlider
- Ohrgeräusche: Knacken, Pfeifen, Ohrensausen
- beidseits verstopfte Nase
- Halsschmerzen < morgens beim Aufstehen
- starker Durst mit Verlangen nach kaltem Wasser
- grosser Appetit, starkes Hungergefühl
- Verlangen nach Wein
- Übelkeit < morgens
- überwältigende Müdigkeit nach dem Essen
- häufiger Harndrang < nachts
- ziehende Schmerzen im linken Hoden
- tiefe oder abgeschwächte Libido. Absolut kein Sexualverlangen
- Gefühl von Druck auf der Brust / in der Herzgegend
- Engegefühl in der Brust.
- Schmerzen, Verspannungen in der linken Schulter, < Bewegung
- Nackensteifheit, > Bewegung, > Wärme
- kalt-feuchte Hände
- Kalte Hände und Füsse
- Krämpfe in den Füssen
- Krämpfe in den Zehen
- Kribbeln, Prickeln, Gefühl von Ameisenlaufen in Armen und Beinen, < linke Seite, < nachts
- stechende Schmerzen in den Oberschenkeln, < linke Seite
- Hitzewallungen, Schweissausbrüche am ganzen Körper
- empfindlich auf Kälte, fröstelig

- warmes, heisses Gesicht gegen Abend. Fiebriges Gefühl im Kopf.
- morgens fit und ausgeruht trotz wenig Schlaf
- hellwach bis 3.00 Uhr, kann nicht einschlafen. Fehlende Müdigkeit, ist voller Tatendrang nachts
- überwältigende Müdigkeit nach dem Essen
- überwältigende Müdigkeit
- ausgeprägte Müdigkeit trotz genügend Schlaf
- traumreicher Schlaf, kann kaum erkennen, ob Traum oder Wirklichkeit
- ständiges Erwachen nachts wegen sehr realen Träumen
- schlimmer nachmittags
- besser nach Schlaf

Vergleiche

Guarana	Gelsemium	Ignatia
linksseitig	rechtsseitig	linksseitig
starke Wirkung auf Nerven	starke Wirkung auf Nerven	starke Wirkung auf Nerven
< Alkohol, Kaffee, Stimulanzen	> Stimulanzen, Brandy Kopfschmerzen < Alkohol	< Kaffee
Verlangen nach Alkohol und Kaffee		Abneigung zu Alkohol
müde, gähnt, > nach kurzem Schlaf		müde, gähnt; braucht viel Schlaf
allgemein > nach Schlaf	Kopfschmerzen > nach Schlaf	allgemein > nach Schlaf
Zuckungen der Augenlider	Ptose der Augenlider, ausgeprägte Lichtempfindlichkeit	Zuckungen der Augenlider, > während dem Essen
Kopfschmerzen > nach Schlaf	starke Besserung der Kopfschmerzen durch reichliches Urinieren	Kopfschmerzen > reichliches Urinieren, während dem Essen, tief atmen, laute Musik
Kopfschmerzen < Kaffee; >Druck	Kopfschmerzen < Kaffee, Druck	Kopfschmerzen < Kaffee, Rauch
schläfrig beim Lesen	schläfrig beim Lesen (Kali-p, Nat-m, Con)	
Spannungsgefühl und Ängstlichkeit im Solarplexus. > Windabgang		Leergefühl im Magen nicht > nach dem Essen aber > tief atmen
Herzsymptome < einatmen, > ausatmen		seufzt viel, allgemein > tief atmen (auch Herzsymptome)
fröstelig	fröstelig; Schüttelfrost mit Zittern am ganzen Körper; so stark, dass man ihn halten muss	widersprüchlich; Kältegefühl > Abdecken

Guarana	Gelsemium	Ignatia
traumreicher Schlaf, kann kaum erkennen, ob Traum oder Wirklichkeit		träumt die ganze Nacht vom gleichen Thema; träumt in Fortsetzungen

Aufruf

Wir bitten HomöopathInnen, die Erfahrungen mit *Guarana* als homöopathisches Mittel gemacht haben, sich bei uns zu melden und die Fälle kurz zu schildern. Nur auf diese Weise kann die Bestätigung der Prüfungssymptome in der Praxis erfolgen.

Vielen Dank für Ihre Mithilfe. Dr. B. K. Bose Stiftung, Steinhauserstrasse 51, CH-6300 Zug, E-Mail: forschung@shi.ch

Literaturquellen:

- Wikipedia-Enzyklopädie (Internet)
- Öko-Test Verlag GmbH, Frankfurt
- Rätsch, Christian. Enzyklopädie der psychoaktiven Pflanzen, AT Verlag, Aarau, 1998
- Hiller K. u. Melzig M.F. Lexikon der Arzneipflanzen und Drogen, Bd. 2, Spektrum Verlag, Heidelberg, 2000
- Pahlow M. Das grosse Buch der Heilpflanzen, Bechtermünz Verlag, Augsburg, 1999
- Hering C., Leitsymptome unserer Materia Medica, Bd. 5, Verlag Renée von Schlick, Aachen, 1997
- Allen T.F., The Encyclopedia fo pure Materia Medica, Bd. 4, B. Jain Publishers Pvt. Ltd. New Delhi, 1990
- Clarke J. H., Praktische Materia Medica, Teil 1, Barthel & Barthel Verlag, Schäftlarn, 1994