

ERKENNTNISGEGENSTAND - DEFINITION

1.1. BEZEICHNUNG DES ERKENNTNISOBJEKTES

Die Verwendung von Heilpflanzen hat schon sehr lange Tradition. Bereits seit Urzeiten erkannten die Menschen, dass diese für die Gesundheit nützlich sein können.

Aber auch heutzutage gewinnen Heilpflanzen an immer größer werdender Bedeutung, da viele infektiöse Krankheitserreger im Laufe der Jahre gegen synthetische Medikamente resistent geworden sind. Die Kräutermedizin ist aber auch eine gute Ergänzung für die Schulmedizin besonders bei chronischen Krankheiten.

Die Industrie bietet Heilpflanzen in verschiedenen Formen (Tees, Toniken, Kapseln) an, die sowohl innerlich als auch äußerlich angewendet werden können.

1.2. REFLEXION DES ERKENNTNISLEITENDEN INTERESSES

Nach Wasser ist Tee das am meisten verwendete Getränk auf unserer Erde. Er wird vor allem gerne als Durstlöscher oder beim gemütlichen Beisammensitzen getrunken. In zahlreichen Studien wird belegt, dass z.B.: die im Tee enthaltenen sekundären Pflanzenstoffe positive Effekte auf die Gesundheit haben, da sie die Entstehung von Tumoren hemmen.

Früchte- und Kräutertees haben verschiedene nachweisliche Wirkungen (z.B.: Johanniskraut gegen Depressionen). Nebenwirkungen sind – im Gegensatz zu Medikamenten – selten. Da Tees leicht im Handel zu erwerben sind, wird oft Selbstmedikation betrieben, um somit Krankheiten zu heilen. Diese Selbstmedikation ermöglicht es, anonym zu bleiben und keinen Schulmediziner aufsuchen zu müssen.

1.3. PROBLEMSTELLUNG

Auch Heilpflanzen können – wenn auch nur sehr selten – Nebenwirkungen zeigen. Darauf muss bei der Anwendung geachtet werden. Daher sollte man bestimmte Tees nur mit vorheriger Absprache eines Pflanzenheilkundlers trinken (z.B.: Meerträubel kann bei falscher Dosierung toxisch sein).

Bei vielen Pflanzen ist die gewünschte Qualität nicht vorhanden, d.h. die Pflanze wurde nicht richtig angebaut, gut getrocknet,... Daher kann nicht garantiert werden, dass alle wirksam sind.

Eine große Gefahr ist, dass durch Selbstmedikation, ernsthafte Krankheiten nicht erkannt und somit auch nicht adäquat behandelt werden können.

Die Meinungen der Schulmediziner bezüglich Pflanzenheilkunde spalten sich. Viele sind selber nebenbei Pflanzenheilkundler, andere sind strikt gegen diese Art von Heilung und empfinden es als „Humbug“.

1.4. FORSCHUNGSLEITENDE FRAGESTELLUNG

Es soll untersucht werden, wie gesund Tee wirklich ist bzw. wie schädlich er sich bei falscher Dosierung/Anwendung auswirken kann. Hierbei wird sowohl auf die Meinung der Schulmediziner als auch auf die der Pflanzenheilkundler eingegangen.

Außerdem werden diverse Studien, die die Wirkungsweise von Heilpflanzen nachweisen, für diese Arbeit verwendet.

1.5. GEPLANTE FORSCHUNGSSTRATEGIE

Ein ordentlicher Umgang mit Literatur ist hierbei anzuraten, da sehr viele Kräuterbücher keine wissenschaftlich belegten Studien vorweisen können. Ebenso sind Internetseiten zu hinterfragen, die zur Werbung dienen oder direkt Tees zum Kauf anbieten.

Die Bibliothek des Studienganges Diätologie, die Hauptbibliothek in Wien sowie <http://www.amazon.at> dienen zur Literaturrecherche.

1.6. ANALYSEEINHEIT

Wie gesund ist er wirklich? Positive Wirkungen und Gefahren des Tees			
"Tee"	Dimension	Kategorien	Ausprägungen
	Geschichte		
		Ursprungsländer	
			Japan
			China, ...
		Tee heute	
			Weltweit
	Produktion		
		Anbau	
			Anpflanzen, Samen streuen
			Jäten
			Gießen, ...
		Ernte	
			Pflücken
			Aussortieren, ...
		Weiterverarbeitung	
			Waschen
			Trocknen
			Verpacken, ...
		Qualität	
			Bodenbeschaffenheit
			Klima, ...

	Verbraucher		
		Angebot	
			Apotheke
			Drogerie
			Supermarkt
			Reformhaus, ...
		„Selbstpflücker“	
			"Kräuterhexen"
			Gartenfreunde
			Pflanzenheilkundler, ...
	Teesorten		
		Schwarzer Tee	
			Ceylon
			Darjeeling, ...
		Grüner Tee	
			Sencha
			Gunpowder, ...
		Früchtetee	
			Orangentee
			Marillentee, ...
		Kräutertee	
			Kamillentee
			Pfefferminztee, ...
		Mischungen	
			Wellnesstees, ...
		Arzneitee	
			Blasentee
			Hustentee, ...
	Verwendung		
		Droge	
			Cannabistee, ...
		Durstlöscher	
			Eistee
			Grüner Tee, ...
		Genussmittel	
			Aromatische Teemischungen, ...
		Heilmittel	
			Salbeitee
			Kamillentee, ...
	Inhaltsstoffe		
		Gesundheitsfördernd	
			Vitamin B1 und B2
			Ätherische Öle
			Sekundäre

			Pflanzenstoffe, ...
		Gesundheitsschädigend	
			Toxine im Tee
			"Drogentees", ...
			Anbau direkt neben Verkehrsstraßen
			Radioaktivität und Teepflanzen
			Salmonellen auf Tee
"Wirkungen"	Dimension	Kategorien	Ausprägungen
	Gesundheitsfördernd (= positive Wirkungen)		
		Erhaltend	
			Bewegung
			Gesunde Ernährung, ...
		Heilend	
			Schulmedizin
			Alternativmedizin
	Gesundheitsschädigend (= negative Wirkungen)		
		Kurzfristig	
			Toxin
			Überdosierung
			Nebenwirkungen, ...
		Langfristig	
			Falsche Ernährung
			Keine Bewegung
			Rauchen, ...
"Gefahren"	Dimension	Kategorien	Ausprägungen
	Für Menschen		
		Externe	
			Naturkatastrophen
			Umweltverschmutzung
			Straßenverkehr, ...
		Interne	
			Genetische Defekte
			Krankheiten
	Für Tiere		
		Externe	
			Natürliche Feinde
			Mensch (Schlachtung, Ausrottung)
			Naturkatastrophen
			Umweltverschmutzung

		Interne	
			Genetische Defekte
			Krankheiten
	Für Umwelt		
		Externe	
			Mensch (Rodungen, Umweltverschmutzung)
			Naturkatastrophen
			Erderwärmung, ...

Abb1. Analyseeinheit

Literaturverzeichnis

1. **Allgeier, K. (Hrsg.), o.V.;** Die besseren Pillen – Die Grüne Liste der natürlichen Medikamente und Heilmethoden, Niedernhausen, 2001
2. **Ärztchammer NÖ (Hrsg.), o.V.;** Ärzte warnen: Gefahr durch Wunderheiler, IN: NÖN Woche 45/2006, Mödling, 2006
3. **Bechthold, A.;** Kräuter- und Fruchtee – Trendgetränk mit Heilwirkung?, IN: Ernährungsumschau – Forschung & Praxis, Köln, 2005
4. **Czygan, F. et al.;** Teedrogen – Ein Handbuch für Apotheker und Ärzte, Stuttgart, 1984
5. **Eckert, A. und Eckert G.;** Heilpflanzen – Alte Rezepturen neu entdeckt, München, 2002
6. **Federspiel, K. und Herbst, V.;** Die Andere Medizin – Nutzen und Risiken sanfter Heilmethoden, Berlin, 1996
7. **Hoffbauer, G.;** Pillen, Kräuter, Heilsversprechen – Die größten Irrtümer in Schulmedizin und Naturheilkunde, München, 2005
8. **Prentner, A.;** Bewusstseinsverändernde Pflanzen von A-Z, Wien, 2005
9. **Teekanne GmbH (Hrsg.), o.V.;** Kräuter- und Fruchtee – Ein Warenkunde-Lernprogramm der Firma Teekanne GmbH Düsseldorf, Düsseldorf, 1995

Internetrecherche

1. <http://de.wikipedia.org/wiki/tee>, 21.01.2007
2. <http://www.tee.de>, 21.01.2007
3. <http://www.teeverband.at>, 21.01.2007
4. <http://www.teeverband.de>, 21.01.2007
5. <http://www.teewelt.at>, 21.01.2007
6. <http://www.wkf.de>, 21.01.2007