
Bachblüten — nutzlos

m -- Ernst E. Bach flower remedies: a systematic review of randomised clinical trials. Swiss Med Wkly 2010 (24. August); 140: w13079

[\[LINK\]](#)

Die Anwendung von Bachblüten bei verschiedensten gesundheitlichen Problemen erfreut sich grosser Beliebtheit. Eine extensive Literatursuche brachte nur 7 randomisierte Studien zur Wirksamkeit von Bachblüten zutage. Da deren Anwendung bei so unterschiedlichen Problemen wie Prüfungsangst, präoperativem Stress, Geburtskomplikationen und Hyperaktivität von Kindern untersucht worden war und die Studien auch von der Methodik her sehr heterogen waren, konnten sie nicht in einer Meta-Analyse zusammengefasst werden. Nur in einer einzigen Studie ergab sich ein positives Resultat, diese Studie war aber weder placebokontrolliert noch verblindet. Fazit: Die wissenschaftliche Literatur zum Nutzen von Bachblüten ist äusserst spärlich und wenig überzeugend!