Aloe vera

Echte Aloe • Aloe vera





Aloe vera, Anpflanzung in Texas



Aloe vera

Aloe vera, Blätter

MERKMALE Stammlose Pflanze mit einer oder mehreren Rosetten aus dicken, fleischigen, nicht bedornten Blättern sowie aufrechten Blütenständen mit gelben oder roten Blüten.

HERKUNFT Nordafrika. Alte Kulturpflanze; Grundlage für eine große Industrie, die hauptsächlich in
Mittelamerika und den südlichen USA beheimatet ist.
VERWENDETE TEILE Hauptprodukt ist heutzutage
das Gel, das aus dem nicht bitteren, schleimigen Gewebe
des Blattinneren besteht. Man darf es nicht mit dem
sehr bitteren gelben Blattexsudat verwechseln, eine in
getrockneter Form als Curaçao- oder Barbados-Aloe
bekannte, kristalline Substanz. Reines Gel wird durch
Wegschneiden der äußeren, Aloin enthaltenden
Blattschichten gewonnen.

INDIKATION Gel: Wundheilung, Hautpflege, Tonikum; Curaçao-Aloe: stimulierendes Abführmittel, bitteres Tonikum (Amarum).

ANWENDUNG Curaçao-Aloe wird immer noch zur Behandlung von Darmträgheit und als bitteres Tonikum genutzt. Das Gel wird in großer Menge in "Health-Drinks" und als Nahrungsergänzungsmittel verwendet. Es besitzt angeblich günstige Wirkung bei Verbrennungen und anderen Hautproblemen, ferner als

Immunstimulans bei Infektionen und Entzündungen, außerdem bei Diabetes, hohen Cholesterolwerten und sogar bei Krebserkrankungen.

ZUBEREITUNG UND DOSIERUNG Als Abführmittel: 20–30 mg Aloin pro Tag; als Tonikum: 50–100 ml Gel, dreimal täglich.

WIRKSTOFFE Curaçao-Aloe enthält Aloin (ein Anthron-C-glykosid) als wichtigsten abführenden Bestandteil (bis zu 38%). Das Gel enthält 0,5–2% feste Bestandteile, darunter komplexe Polysaccharide (Glucomannane), Glykoproteine, Aminosäuren, Mineralstoffe, Salicylsäure und Enzyme. Ein acetyliertes Mannan (Acemannan, Carrisyn®) wird zur Wundbehandlung genutzt. Das zu "Health-Drinks" und Nahrungsergänzungsmitteln verarbeitete Gel ist häufig bitter und schwach abführend; es enthält 0,001% oder mehr Aloin.

PHARMAKOLOGIE Zur abführenden Wirkung siehe A. ferox; das Gel besitzt entzündungshemmende, wundheilende und immunstimulierende Eigenschaften, die im Einzelnen aber wissenschaftlich nicht belegt sind.

WARNUNG Chronischer Missbrauch von Abführmitteln ist potenziell gefährlich (siehe A. ferox).

STATUS Pharm., Komm.E +, WHO 1 (Gel).

Aloe vera (L.) Burm.f. (syn. Aloe barbadensis Mill.)

Familie: Asphodelaceae

Cimicifuga racemosa

Traubensilberkerze • Amerikanisches Wanzenkraut





Cimicifuga racemosa, Pflanze

Cimicifuga racemosa, Blüten

MERKMALE Mehrjährige, bis zu 2 m hohe Pflanze mit großen, doppelt gefiederten Blättern und kleinen weißen Blüten in einer langen Traube. Manchmal als Gartenpflanze verwendet, oft mit der häufigeren C. simplex aus Ostasien verwechselt.

HERKUNFT Kanada und nordöstliche USA; Drogenmaterial stammt überwiegend aus Wildsammlungen.

VERWENDETE TEILE Getrocknetes Rhizom und Wurzeln (Cimicifugae racemosae rhizoma).

INDIKATION Menstruationsstörungen; beruhigend. ANWENDUNG Behandlung von prämenstruellen und Menopauseproblemen, die mit neurovegetativen Beschwerden einhergehen. Ferner Bestandteil von Stärkungsmitteln und Hustenpräparaten sowie zur Behandlung von Rheuma, Chorea (Veitstanz – durch unkoordinierte Bewegungen charakterisiertes Nervenleiden), Schwindel und Ohrensausen.

ZUBEREITUNG UND DOSIERUNG Tee: maximal 0,5–1 g Droge, dreimal täglich; in verschiedenen Studien wurde jedoch nur 40 mg Rohdroge pro Tag verabreicht.

WIRKSTOFFE Mehrere tetracyclische Triterpenglykoside (Actaein und Cimicifugosid) und ihre Aglyka (Cimigenol, Acetylacteol), ferner ein Isoflavon (Formononetin) sowie Isoferulasäure, Salicylsäure, Gallotannine und möglicherweise Cytisin und weitere Chinolizidinalkaloide.

PHARMAKOLOGIE Die östrogenähnlichen Wirkungen von C. racemosa werden gewöhnlich auf die Isoflavone und Triterpene zurückgeführt. Anscheinend moduliert die Droge selektiv den Östrogenrezeptor. Sie unterdrückt möglicherweise die Aktivität des luteinisierenden Hormons. Actaein-haltige Extrakte sind krampflösend, gefäßerweiternd und blutdrucksenkend. Kontrollierte Studien (jedoch ohne Doppelblindversuch) ergaben Hinweise auf eine Wirksamkeit bei Wechseljahressymptomen der Frau. Eine neuere Studie konnte keine Wirksamkeit gegen Hitzewallungen etablieren.

Anmerkung Auch C. dahurica, C. heracleifolia, C. foetida und C. simplex aus Asien werden medizinisch genutzt.

WARNUNG Patienten mit hormonabhängigen Tumoren (auch Schwangere und stillende Mütter) sollten die Droge nicht anwenden. Keine Langzeiteinnahme (mehr als 3 Monate). Bei Einnahme von mehr als 5 g Droge können Vergiftungssymptome auftreten.

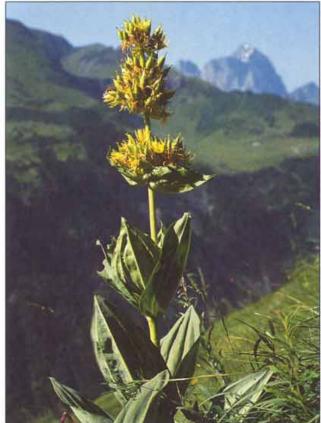
STATUS Traditionelle Medizin, Pharm., Komm.E +, WHO 2, klinische Studien +.

Cimicifuga racemosa (L.) Nutt. (= Actaea racemosa L.)

Familie: Ranunculaceae

Gentiana lutea

Gelber Enzian





Gentiana lutea, Blüten



Veratrum album

Gentiana lutea, Pflanze

MERKMALE Mehrjährige, bis 1,5 m hohe Pflanze mit mächtigem Wurzelstock, großen parallelnervigen Blättern und kräftigen Blütentrieben mit gelben Blüten, die in Trugdolden in den Achseln von schalenförmigen Tragblättern stehen. Mehrere Enzianarten wurden kommerziell als Drogenquelle genutzt, darunter G. purpurea, G. punctata, G. pannonica, G. asclepiadea, G. cruciata und G. scabra.

HERKUNFT Europa (Gebirgsregionen).

VERWENDETE TEILE Rhizome und Wurzel (Enzianwurzel – Gentianae radix).

INDIKATION Bitteres Magenmittel (Amanum), gallenflussfördernd.

ANWENDUNG Traditionelles bitteres Tonikum zur Appetitanregung. Die Droge ist ein Kräftigungsmittel und fördert den Gallenfluss: bei Appetitmangel, Blähungen und Völlegefühl, ferner bei Verdauungsstörungen. Auch in der Homöopathie beliebt.

ZUBEREITUNG UND DOSIERUNG Tee: 1–2 g getrocknete Wurzel auf 1 Tasse kochendes Wasser; empfohlene Tagesdosis 2–4 g Wurzel (als Tinktur 1–3 g pro Tag). Enzianwurzel ist Bestandteil von zahlreichen Kräutertees und Magenmitteln (Tinktur, Tropfen, Tabletten, Extrakte). Gewerbliche Nutzung vorwiegend

zum Aromatisieren von alkoholischen Getränken (Magenbitter).

WIRKSTOFFE Von besonderem Interesse sind die äußerst bitteren Secoiridoide mit Gentiopicrosid (= Gentiopicrin) als Hauptwirkstoff (2–3%) sowie geringeren Mengen an Swertiamarin und Swerosid. Der bittere Geschmack geht hauptsächlich auf Amarogentin zurück; es ist zwar eine Nebenkomponente (nur bis zu 0,084% TG!), hat aber einen Bitterwert von 50 000 000 – eine der bittersten bekannten Substanzen. Ferner kommen Xanthone wie Gentisin, Isogentisin und Gentiosid vor, denen die Wurzeln ihre typisch gelbe Färbung verdanken; außerdem Phytosterole, Phenolcarbonsäuren, Trisaccharide (Gentianose) und Polysaccharide (Pektin).

PHARMAKOLOGIE Die bitteren Substanzen regen die Geschmacksknospen an und führen reflektorisch über den Nervus vagus zum Speichel-, Magensaft- und Gallenfluss. Außerdem zeigen Enzianextrakte antimikrobielle und immunmodulierende Eigenschaften.

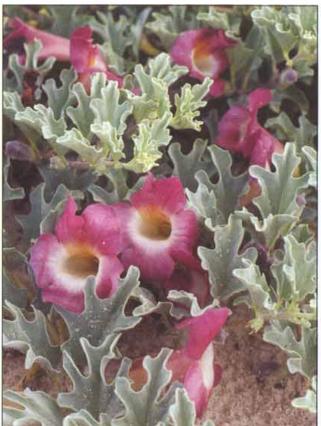
WARNUNG Es besteht Verwechselungsgefahr mit den Blättern des giftigen Weißen Germers (Veratrum album). STATUS Traditionelle Medizin, Pharm., Komm.E +, ESCOP 4.

Gentiana lutea L.

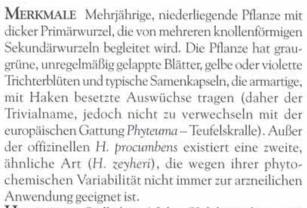
Familie: Gentianaceae

Harpagophytum procumbens

Afrikanische Teufelskralle







HERKUNFT Südliches Afrika (Kalaharigebiet, von Angola bis Namibia, Botswana und Südafrika). Versuchspflanzungen existieren, doch die Handelsware stammt fast ausschließlich aus Wildsammlungen.

VERWENDETE TEILE Die in Scheiben geschnittenen und getrockneten Sekundärwurzeln (Teufelskrallenwurzel – Harpagophyti radix).

INDIKATION Bitteres Tonikum, entzündungshemmend, antirheumatisch, schwach schmerzstillend. ANWENDUNG In jüngerer Zeit als allgemeines Tonikum und Magenmittel sowie als Rheuma- und Arthritismittel sehr beliebt. Eine aus dem Wurzelma-



Harpagophytum procumbens, Pflanze



Harpagophytum procumbens, Frucht

terial hergestellte Salbe wird auf wunde Stellen, Geschwüre und Furunkel aufgetragen. Traditionell als Tonikum und generelles Mittel für eine Vielzahl von Krankheiten, z. B. Verdauungsbeschwerden, Appetitmangel, ferner Geburtsschmerzen.

ZUBEREITUNG UND DOSIERUNG Tagesdosis: bis zu 9 g Droge, als Tee (1–3 g pro Einzeldosis). Standardisierte Extrakte und Kapseln sind verfügbar.

WIRKSTOFFE Die wichtigen Inhaltsstoffe sind Iridoidglykoside (3%) – vorwiegend Harpagosid (0,5–2%) sowie Harpagid, Procumbid und ihre Zimt- oder Cumarsäureester. Ferner sind Phenolglykoside wie Acteosid und Isoacteosid enthalten.

PHARMAKOLOGIE Klinische Studien belegen einen deutlichen Nutzen bei der Behandlung von Rheuma und Schmerzen in der Lendenwirbelsäule. Iridoidglykoside (bzw. ihre Metabolite) hemmen die Cyclooxygenase, was die leicht schmerzstillende und entzündungshemmende Aktivität erklärt. Der bittere Geschmack (möglicherweise auch der Nutzen für die Behandlung von Verdauungsstörungen) beruht auf dem Gehalt an Iridoidglykosiden.

STATUS Pharm., Komm.E +, ESCOP 2, klinische Studien +.

Harpagophytum procumbens DC. ex Meissn.

Familie: Pedaliaceae

Rhodiola rosea

Rosenwurz





Rhodiola rosea, Pflanze

Rhodiola rosea, Blätter





Rhodiola rosea, Blüten

Sedum acre

MERKMALE Mehrjährige, bis 60 cm hohe sukkulente Pflanze mit fleischigen Rhizomen, Stängeln und länglichen Blättern sowie kleinen gelben Blüten. Die Gattung Rhodiola gilt heutzutage als Untergattung von Sediam (siehe Anmerkung zu Sediam acre in der Kurzliste).

HERKUNFT Arktische Region (vorwiegend Skandinavien und Sibirien). Seit langem als Heilpflanze genutzt und bereits von Dioskorides erwähnt.

VERWENDETE TEILE Rhizome; heutzutage in Form von standardisierten Extrakten. Das frisch geschnittene Rhizom riecht nach Rosen (Name!).

INDIKATION Adaptogen.

ANWENDUNG Früher häufig volksmedizinisch verwendet (z. B. von den Wikingern und sibirischen Völkern), um Kraft, Ausdauer und Widerstandsfähigkeit gegen Erkältungen zu erhöhen, ferner zur Steigerung von Fruchtbarkeit und Lebensdauer. Die Pflanze wurde entlang der Handelsrouten bis in die Mongolei und nach China verbreitet. Die Droge gilt in Schweden als Stimulans und Mittel gegen Erschöpfung. Moderne Anwendung als Umstimmungsmittel, vorwiegend zur Erhöhung der physischen und psychischen Ausdauer, zur Verminderung von Symptomen der Asthenie

(Ermüdung, verminderte Arbeitsfähigkeit, Reizbarkeit), zur Behebung von sexuellen Störungen, Steigerung der Fruchtbarkeit sowie zur Linderung von Altersbeschwerden und neurologischen Störungen.

ZUBEREITUNG UND DOSIERUNG Heutzutage werden ausschließlich Extrakte (in 40% Ethanol) verwendet, die auf einen Gehalt von 3% Rosavinen und 0,8–1% Salidrosid eingestellt sind (siehe unten). Übliche Tagesdosis: 200–600 mg Extrakt (entspricht 20–60 Tropfen Tinktur), zwei- bis dreimal täglich (bis zu 4 Monate lang).

WIRKSTOFFE Phenylpropane (Rosavin, Rosin und Rosarin; die so genannten Rosavine), gemeinsam mit Phenylethylderivaten (vorwiegend Salidrosid = Rhodiolosid); ferner Flavonoide (z. B. Rodiolin), Monoterpene (Rosiridol, Rosaridin), Phytosterole und Phenolcarbonsäuren.

PHARMAKOLOGIE In mehreren kontrollierten klinischen Studien steigerten Extrakte physische Kraft und Ausdauer signifikant und linderten ferner Symptome von Asthenie sowie eine Vielzahl von neurologischen Beschwerden.

STATUS Pharm., klinische Studien +.

Rhodiola rosea L. [=Sedum rosea (L.) Scop.]

Familie: Crassulaceae