

Seit 1999 führt der „Studienkreis Entwicklungsgeschichte der Arzneipflanzenkunde“ am Institut für Geschichte der Medizin in Würzburg diese Wahl durch.



© Dr. Helke Will

Der **Spitzwegerich** (*Plantago lanceolata*) ist die Arzneipflanze des Jahres 2014

Wer steckt eigentlich hinter ...

Verschiedene Wegericharten werden schon seit Jahrtausenden in der Heilkunde genutzt, ganz besonders der Breit- und der Spitzwegerich. Heute wissen wir, dass Letzterer die stärkste Wirkung besitzt. Seine zahlreichen Inhaltsstoffe lassen positive Effekte bei Katarrhen der Atemwege und Entzündungen von Mund und Rachenschleimhaut sowie bei Wunden erwarten. Pharmakologische Laboruntersuchungen belegen diese Effekte. Von der Pflanze werden ausschließlich die Blätter verwendet. Zu ihren wichtigsten Inhaltsstoffen gehören die Iridoidglykoside, die eine antibakterielle Wirkung zeigen, sowie Schleimstoffe, die reizmildernde Effekte besitzen. Sie bilden eine Art schützenden Film über die Schleimhaut in Mund und Rachen. Damit kann der Spitzwegerich lästigen Hustenreiz mindern. Hinzu kommen Gerbstoffe, die mit 6,5 Prozent Anteil die größte Inhaltsstoffgruppe bilden. Sie wirken zusammenziehend und blutstillend und stabilisieren die Schleimhäute. Äußerlich kann Spitzwegerichkraut auch bei Entzündungen der Haut verwendet werden. In der Erfahrungs- und Volksmedizin gilt Spitzwegerich seit langem als ein gutes Mittel zur ersten Wundversorgung und bei Insektenstichen.

Plantago lanceolata findet man allerdings mehr an Wegrändern und in trockenen Weisen. Seinen Namen verdankt er den spitz zulaufenden, langen, schmalen, aufrecht stehenden Blättern, die eine Bodenrosette bilden. Je nach den Bedingungen kann die Pflanze 5 bis 60 Zentimeter hoch werden. Die Blütezeit reicht von Mai bis in den September. Ursprünglich auf der nördlichen

Halbkugel beheimatet ist er heute nahezu weltweit anzutreffen.

Von der Antike bis in die Neuzeit hinein galt als wichtigstes Einsatzgebiet des Breit- und Spitzwegerichs die Stillung von Blutungen bei Wunden, in den Luftwegen, im Darm und gegen sehr starke Menstruationsblutung. Auch andere Verletzungen wie Brandwunden, Insektenstiche und Tierbisse sowie Knochenbrüche werden häufig als Einsatzgebiete genannt. Sogar Shakespeare erwähnt „plantain“ (*Plantago*) mehrfach in seinen Werken als Mittel gegen Hautverletzungen.

Daneben spielten die Wegericharten bei der Behandlung von Asthma, Geschwülsten und Geschwüren – insbesondere in der Mundhöhle – eine große Rolle und wurden auch bei Zahn- und Ohrenschmerzen sowie gegen brennende Augen eingesetzt. ■

Weitere Informationen finden Sie unter www.klostermedizin.de