

Drei für die Haut

Seit Jahrtausenden werden Heilpflanzen zur Behandlung von **Hauterkrankungen** eingesetzt – doch sind einige von ihnen in Vergessenheit geraten. Andere wiederum kennt man bis heute.

Virginische Zaubernuss, Nachtkerze, Wildes Stiefmütterchen – alles Pflanzen mit verheißungsvollem Namen, die sich bei Hautleiden bewährt haben. Alle drei werden vor allem in der Kinderheilkunde eingesetzt.

Virginische Zaubernuss Schon die Ureinwohner Amerikas schätzten *Hamamelis virginiana* L. bei diversen Hautleiden. Sie haben sowohl ihre frischen Blätter und Zweige in Wasser eingeweicht als auch Abkochungen für die äußerliche Behandlung von Schnittwunden, Haut- und Augenentzündungen, Blutergüssen und Insektenstichen verwendet. Die Virginische Zaubernuss ist ein

bis zu sieben Meter hoher baumartiger Strauch, der zur Familie der Hamamelisgewächse (Hamamelidaceae) gehört. Seine kurzgestielten, wechselständigen Blätter sind rundlich-oval mit einem ungleich kerbig gewellten Blattrand und denen des Haselnuss-Strauches sehr ähnlich. Im Spätherbst und Winter setzt kurz vor oder mit dem Laubabfall die Blüte ein. Die gelben, korallenartig geformten Blüten sind frosthart und werden bis zu zwei Zentimeter (cm) lang und bis zu 1,5 Millimeter (mm) breit. Im Sommer reifen daraus die Früchte, holzige, rundlich-eiförmige und dicht behaarte Kapseln. Sie befinden sich meist noch an der Pflanze, wenn bereits neue Blüten erscheinen, worauf auch die Bezeich-

nung *Hamamelis* zurückzuführen ist. Sie leitet sich von griech. *hama* = gleichzeitig und *melon* = Frucht ab. Auf diesen „zauberhaften“ Umstand verweisen auch die volkstümlichen Namen Zaubernuss sowie Hexen- oder Zauberhasel.

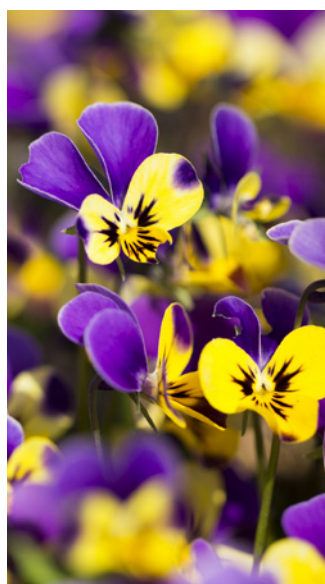
Im 19. Jahrhundert brachten europäische Siedler die Zaubernuss nach Europa, wo sie vor allem als Wundheilmittel, bei Hämorrhoiden, Venenproblemen sowie gegen Durchfall Verwendung fand. Heute sind die adstringierenden, antiphlogistischen und lokal hämostyptischen (blutstillenden) Wirkungen von *Hamamelis* wissenschaftlich anerkannt und seine Extrakte und ein wässriges Destillat finden sich in Arzneimitteln und Kosmetikprodukten. Verantwortlich für die adstringierende Wirkung sind hauptsächlich die Gerbstoffe, die im Extrakt zu finden sind. Aber auch niedere Aldehyde und ätherische Öle wirken zusammenziehend, weshalb auch das gerbstofffreie Wasserdampfdestillat, das *Hamameliswasser*, eine adstringierende Wirkung besitzt. Der blutstillende Effekt ist Folge der adstringierenden Wirkung. Die entzündungshemmenden Effekte resultieren einerseits aus der adstringierenden Wirkung, da die Abdichtung der Zellmembranen und die Verringerung der Durchlässigkeit der feinen Gefäße entzündliche Prozesse hemmen und Juckreiz lindern kann. Weiterhin sind vermutlich Flavonoide und ätherische Öle, die überwiegend im Wasserdampfdestillat enthalten sind, antiphlogistisch wirksam.



Virgin. Zaubernuss



Nachtkerze



Wildes Stiefmütterchen

Nachtkerze Auch *Oenothera biennis* aus der Familie der Nachtkerzengewächse (Onagraceae) ist ursprünglich in Nordamerika beheimatet. Die Indianer zerstampften die Samen der Nachtkerze und stellten daraus einen Brei her, mit dem sie Umschläge machten, um Hautauschläge und Geschwüre zu lindern. Anfang des 17. Jahrhunderts kam *Oenothera biennis* nach Europa, wo sie zunächst in Parks und Gärten als Zierpflanze angesiedelt wurde. Sie verdankt ihre Beliebtheit ihren bemerkenswerten Blüheigenschaften, worauf auch ihr deutscher Name zurückgeht. So öffnen sich die Blüten erst gegen Abend, wenn es dunkel wird, wobei sie bis zum nächsten Mittag schon wieder verblüht sind. Obwohl die einzelnen Blüten so kurzlebig sind, blüht die Pflanze dennoch praktisch den ganzen Sommer über, da sich an der Rispe der Nachtkerze ständig neue

Stoffwechsel eine große Rolle spielen. Sie sind am Aufbau von Zellmembranen beteiligt und somit als Bestandteil von Hautlipiden für eine intakte Barrierefunktion der Haut notwendig. Außerdem wirken sie immunmodulierend und antientzündlich als Vorstufen der Arachidonsäure und damit auch der Gewebshormone Prostaglandin E1 und E2. Das Öl wird zur symptomatischen Behandlung des atopischen Ekzems eingesetzt, das durch einen gestörten Fettsäure-Metabolismus und einer nachfolgenden Unterversorgung der Haut mit Gamma-Linolensäure gekennzeichnet ist. Präparate mit Nachtkerzenöl sollen innerlich angewendet das Fettsäuredefizit ausgleichen und die typischen Symptome des atopischen Ekzems wie Juckreiz, Rötung, Schuppung und Hautentzündung lindern. Zusätzlich profitieren Neurodermitispatienten von

wächst an Wiesen-, Weg- und Acker-rändern sowie auf Magerrasen. Der Stängel ist sparrig und mit herzförmigen bis länglich eiförmigen, am Rande gesägten Blättern besetzt, wobei sich an den Ansatzstellen noch verhältnismäßig große gefiederte Nebenblätter befinden. Zwischen Mai bis August erscheinen etwa zwei cm große Blüten, die bei *Viola tricolor*, wie es der Name schon sagt, aus drei Farben zusammengesetzt sind – violett, gelb und weiß. Ihr deutscher Name geht auf die fünf Blütenblätter zurück, die eine zygomorphe, also eine aus zwei spiegelgleichen Hälften bestehende Blüte bilden. Die zwei oberen Blätter (die Stieftöchter) sind einfarbig, darunter die beiden ebenso, aber mit strahligen dunklen Malen (die leiblichen Töchter). Auch ist das unterste große Blatt strahlenartig gekennzeichnet (die Stiefmutter).

Die adstringierende Wirkung von Pflanzenzubereitungen oder Einzelsubstanzen kommt durch eine Eiweißausfällung beim Auftreffen auf Haut oder Schleimhaut zustande. Das Gewebe verdichtet sich, kleinere Blutungen werden gestillt.

Blüten entwickeln. Der lateinische Artename *biennis* = zweijährig verweist auf die Zweijährigkeit der krautigen Pflanze. Im ersten Jahr bildet sie eine am Boden liegende Blattrosette mit fleischiger, rübenförmiger Pfahlwurzel, aus der im zweiten Jahr ein bis zu zwei Meter hoher, im oberen Teil dicht beblätterter Stängel treibt. An seinem Ende leuchten die zahlreichen gelben Blüten in einem traubig verzweigten Blütenstand. Seit dem 20. Jahrhundert gilt das Interesse an der Pflanze ihren Samen. Man begann daraus ein Öl zu gewinnen, das reich an den mehrfach ungesättigten Fettsäuren Linol- und Gamma-Linolensäure ist, die im

äußerlichen Zubereitungen mit Nachtkerzenöl. Sie helfen, die geschädigte Hautbarriere zu erneuern, den gesteigerten transepidermalen Wasserverlust zu normalisieren und die Hautglätte zu verbessern.

Wildes Stiefmütterchen Die ebenfalls bei Hautleiden schon seit Jahrhunderten eingesetzte Veilchenart *Viola tricolor* L. aus der Familie der Veilchengewächse (Violaceae) ist hingegen keine nordamerikanische Pflanze, sondern ist im gemäßigten Europa und Asien heimisch. Das Stiefmütterchen, von dem mehrere Unterarten existieren, ist einjährig und wird etwa 20 bis 30 cm hoch. Es

Viola tricolor ist volksheilkundlich gegen verschiedene Hautkrankheiten im Gebrauch. Vor allem wird ein aus dem Kraut hergestellter Tee zur Behandlung von Milchschorf, Ekzemen und Windeldermatitis bei Säuglingen und Kleinkindern verwendet. Zudem werden daraus Umschläge für die äußerliche Anwendung zubereitet. Diese sollen auch bei leichten Akneformen wirksam sein. Welche Inhaltsstoffe für die Wirkung verantwortlich sind, ist nicht eindeutig geklärt. Das Veilchengewächs enthält Schleimstoffe, Flavonoide und Salicylsäureester. ■

Gode Chlond, Apothekerin