

Drei mit ätherischen Ölen

Die eine beruhigt den Magen, die andere hat sich bei der Behandlung von Atemwegsbeschwerden bewährt und die dritte wirkt harntreibend – die Rede ist von **Pfefferminze**, **Eukalyptus** und **Liebstöckel**.

Verantwortlich für die verschiedenen Wirkungen sind jeweils ätherische Öle. Dies sind klassische Pflanzeninhaltsstoffe, die alle leicht flüchtig und daher stark riechend sind. Chemisch gesehen bestehen ätherische Öle aus Mischungen von verschiedenen Terpenen.

Pfefferminze Klassiker unter ihnen ist die Pfefferminze (*Mentha x piperita* L.) aus der Familie der Lippenblütler (Lamiaceae). Als Produkt aus

drei verschiedenen Minzarten ist sie ein Tripelbastard, also eine durch Kreuzung (Bastardisierung) gezüchtete Kulturform. Sie ist somit steril und lässt sich nur vegetativ durch Ausläufer oder Kopfstecklinge vermehren. Die Pflanze wird etwa 60 Zentimeter (cm) hoch und trägt endständig blassrote Blüten, die in dichten Scheinquirlen angeordnet sind und im Juni/Juli blühen. Ihre typischen vierkantigen, grünlich-braunen Stängel sind violett angelaufen. An ihnen stehen gestielte, kreuzge-

genständig angeordnete, drei bis neun cm lange eiförmige Blätter mit einem grob gesägten Blattrand, deren Blattnerve ebenfalls violett gefärbt sind. Beim Zerreiben der Blätter verströmt ein intensiver charakteristischer Geruch, der von dem in den Drüschuppen befindlichen ätherischen Öl, dem Pfefferminzöl, ausgeht. Pfefferminzblätter enthalten 0,5 bis 4 Prozent ätherisches Öl, wobei Arzneibuchqualität mindestens 1,2 (Ganzdroge) beziehungsweise 0,9 Prozent (Schnittdroge) aufweisen muss. Die Hauptkomponenten sind das für den charakteristischen Geruch der Pflanze verantwortliche Menthol (30 bis 55 Prozent) sowie Menthylacetat, Menthon und Menthofuran. Zudem finden sich Flavonoide und Lamiaceen-Gerbstoffe, vor allem Rosmarinsäure. Die Geruchsqualität des Pfefferminzöls steigt mit dem Gehalt an Menthoestern an und nimmt mit steigender Menthofuranmenge ab. Gute Pfefferminzöle sollten daher nur 2,5 bis 5 Prozent Menthofuran enthalten.

Bei innerlicher Anwendung wirken ätherisches Öl und Blätter im Magen-Darm-Trakt vor allem spasmolytisch, cholagog und karminativ. Daher führen die Kommission E und ESCOP krampfartige Beschwerden im Magen-Darm-Bereich sowie der Gallenblase und -wege, die mit Blähungen einhergehen, als Indikationen an. Beim ätherischen Öl wird



Pfefferminze



Eukalyptus



Liebstöckel

zudem noch das Reizdarm-Syndrom ausdrücklich aufgeführt. Zudem sind für Pfefferminzöl appetitanregende, analgetische, antimikrobielle, antivirale und sekretolytische Effekte beschrieben, weshalb es auch bei Katarrhen der oberen Luftwege und Mundschleimhautentzündungen eingesetzt wird. Äußerlich nutzt man seine kühlenden Effekte auf Haut und Schleimhaut bei Myalgien und neuralgiformen Beschwerden wie Spannungskopfschmerz. Bei Säuglingen und Kleinkindern dürfen pfefferminzhaltige Zubereitungen nicht im Bereich des Gesichtes verwendet werden, da es zum Glottitiskrampf mit Atemdepression bis hin zur Erstickung kommen kann (Kratzschmer-Reflex).

Eukalyptus Aus gleichem Grund dürfen keine Eukalyptuszubereitungen bei Säuglingen und Kleinkindern verwendet werden. Sie enthalten Eukalyptusöl, das aus Blättern von älteren Eukalyptusbäumen gewonnen wird. Eukalyptus globulus LABILL. (Myrtaceae) ist von den circa 600 bekannten Arten der Gattung Eucalyptus die Art, die heute vorwiegend für die Eukalyptusöl-Gewinnung genutzt wird. Der ursprünglich in Australien beheimatete immergrüne Baum gehört mit einer Wuchshöhe von bis zu 60 Metern zu den größten Bäumen überhaupt und wird inzwischen weltweit in den subtropischen und mediterranen Zonen angebaut. Ursprünglich schätzte man die anspruchslosen, schnell wachsenden Bäume als Holzlieferanten. Da sie dabei viel Wasser verbrauchen, pflanzte man sie darüber hinaus zur Trockenlegung von Sümpfen an. So sollte der Lebensraum der Anopheles-Mücke vernichtet und damit auch das Auftreten von Malaria reduziert werden, was im volkstümlichen Namen Fieberbaum zum Ausdruck kommt. Die andere übliche Bezeichnung Blaugummibaum nimmt auf die blaugrünen Blätter Bezug. Die Blätter zeigen eine Heterophyllie, das heißt sie sind je nach Alter unterschiedlich gestaltet. Während Jung-

blätter oval-herzförmig sind, haben ältere Folgeblätter die typische sichelförmige Form. Der botanische Gattungsname leitet sich von griechisch eu = schön, gut und kalyptein = verhüllen ab und verweist auf die weißen Blütenknospen, die unter einer deckelartigen Haube von Kelchblättern versteckt sind, bevor sie aufblühen. Globulus ist die Verkleinerungsform vom lateinischen globus = Kugel und beschreibt die kugelförmige Fruchtkapsel.

Während die Blätter bei uns nur sehr selten zur Teezubereitung verwendet werden, existieren zahlreiche Fertigarzneimittel zur Behandlung von Erkrankungen der oberen Atemwege. Sie enthalten Eukalyptusöl oder seine Hauptkomponente 1,8-Cineol (Synonym Eukalyptol), auf die die Wirkung des ätherischen Öls hauptsächlich zurückzuführen ist. Das Arzneibuch fordert daher mindestens 70 Prozent. Die Präparate kommen per Inhalation oder oral zur Anwendung. Dabei werden sie gut resorbiert und teilweise über die Lunge ausgeschieden, wo sie eine sekretolytische, sekretomotische und schwach spasmolytische Wirkung entfalten. Zudem weist 1,8-Cineol ein entzündungshemmendes Potenzial auf, weshalb es sich nicht nur zur Behandlung akuter Erkältungskrankheiten, sondern vor allem bei der Therapie asthmatischer oder chronischer Verlaufsformen bewährt hat, da hier entzündliche Prozesse eine Rolle spielen. Darüber hinaus können antivirale und antibakterielle Effekte beobachtet werden, die zur guten Wirkung bei Atemwegserkrankungen beitragen. Äußerlich aufgetragen zeigen sich noch die schwach hyperämisierenden Eigenschaften des Eukalyptusöls, weshalb topische Zubereitungen als Wärmetherapie zur Behandlung rheumatischer Beschwerden empfohlen werden.

Liebstockel Die bis zu zwei Meter hohe krautige Staude aus der Familie der Doldengewächse (Apiaceae) treibt aus einem unterirdischen Wurzelstock einen kahlen runden Stän-

gel, der oberseits verästelt ist und gelbblütige Doppeldolden trägt. Ihre kräftigen, glänzenden Blätter sind unpaarig doppeltgefiedert und ähneln im Aussehen denen des Selleries. Auch der Geruch der Pflanze ist sellerieartig, was auf ihr ätherisches Öl, vor allem auf die Alkylphthalide, die zu 70 Prozent enthalten sind, zurückzuführen ist. Im Volksmund ist Liebstockel (*Levisticum officinale*) wegen des Geruchs auch als Maggikraut bekannt. Seine Blätter werden aufgrund ihrer verdauungsfördernden und appetitanregenden Eigenschaften zum Würzen von Speisen geschätzt. Ursprünglich wurde dem Doldenblütler aufgrund seines stark aromatischen Dufts eine aphrodisierende Wirkung nachgesagt. Er soll Frauen und Männer gleichermaßen betört und daher zu seinem deutschen Namen sowie der volkstümlichen Bezeichnung Luststecken geführt haben. Vor allem kam Liebstockel aber seit jeher medizinisch zur Anwendung. Man nutzte das in der Wurzel befindliche ätherische Öl schon früh sowohl bei Magenbeschwerden und Verdauungsstörungen als auch bei Harnwegsproblemen. Daher zählte *Levisticum officinale* zu den typischen Arzneipflanzen, die in keiner Apotheke fehlen durften, worauf der Artname *officinalis* verweist. Noch heute ist die diuretische Wirkung der Liebstockelwurzel anerkannt. Die Kommission E empfiehlt die Liebstockelwurzel zur Durchspülung bei entzündlichen Erkrankungen der ableitenden Harnwege und zur Vorbeugung und Behandlung von Nierengriß. Zwar wird die Droge nur noch selten in der Apotheke verlangt, vielmehr kommen Fertigpräparate wegen ihres harntreibenden und krampflösenden Effekts zur Behandlung von Blasen- und Nierenproblemen sowie Harnsteinleiden zur Anwendung, welche die Liebstockelwurzel als Kombinationspartner enthalten. ■

*Gode Chlond,
Apothekerin*