

Toxischer Luxus

Safran wurde früher mit Gold aufgewogen und wird noch heute wegen seiner leuchtenden Farbe als rotes Gold bezeichnet. Doch die wertvolle Droge ist in großen Mengen mit Vorsicht zu genießen.

Als Safran werden die getrockneten, dunkel orange-rot gefärbten, aromatisch riechenden und würzig-bitter schmeckenden Narbenschkel von *Crocus sativus* L. bezeichnet. Auch die Pflanze selbst trägt im Deutschen den Namen Safran. Während die deutsche Bezeichnung auf die gelbe Farbe der Droge verweist (arab. safra = gelb), nimmt der Gattungsname *Crocus* auf ihre Form Bezug (griech. krokos = Faden).

Herbstkrokus *Crocus sativus* L. ist eine von rund 80 Krokus-Arten. Die 8 bis 25 Zentimeter hohe mehrjährige Knollenpflanze aus der Familie der Schwertliliengewächse (Iridaceae) sieht den in Mitteleuropa heimischen Gartenkrokussen sehr

ähnlich. Sie blüht aber nicht wie diese im Frühling sondern erst im Herbst. Dabei erscheint eine Einzelblüte, die aus sechs lilavioletten Blütenblättern besteht. Die Blütenblätter münden in einer Blütenröhre, in der sich ein hellgelber Griffel befindet. Am oberen Ende teilt sich dieser in drei rote Narbenschkel, die aus der Blüte herausragen. Die grasartigen, langen und schmalen Blätter der Knollenpflanze werden erst nach der Blüte gebildet.

Uralte Kulturpflanze Safran kommt nur in Kulturen oder daraus verwildert vor. Darauf macht auch der Artname *sativus* aufmerksam (lat. *sativus* = angebaut). Da Safran aufgrund eines dreifachen Chromosomensatzes unfruchtbar ist und dementsprechend keine Samen aus-

bildet, wird er ausschließlich über die Knollen vermehrt und verbreitet. Lange Zeit galt Kleinasien oder der Iran als seine Heimat. Heute vermutet man eher, dass der Ursprung in Griechenland liegt, da nur dort heute noch der mit ihm eng verwandte Cartwright-Krokus wächst. Im Orient wurde Safran schon vor vielen tausend Jahren kultiviert. Im 8. Jahrhundert brachten ihn die Araber nach Spanien, von wo aus er auch andere europäische Länder erreichte. Heute wird Safran vor allem im Mittelmeerraum, im Iran und in Indien zur Gewürzgewinnung angebaut. Es existieren auch kleine Anbaugelände in der Schweiz, Österreich und Deutschland. Der größte Produzent ist derzeit der Iran und das größte europäische Anbaugelände liegt in Spanien südlich von Madrid.

Mühsames Geschäft Die Safranernte ist reine Handarbeit. Sowohl das Pflücken der Blüten auf dem Feld direkt nach dem Aufblühen als auch das noch am gleichen Tag erfolgende Zupfen der Fäden, also der Narbenschkel, geschieht von Hand. Allerdings ist die beschwerliche Arbeit nicht mit einem großen Ertrag verbunden. Um ein Kilogramm Safran zu gewinnen, müssen circa 150 000 Blüten gesammelt werden. Das erklärt auch den hohen Preis der Droge. Heute wird Safran zwar nicht mehr wie früher mit Gold aufgewogen, dennoch gilt er immer noch als das teuerste Gewürz der Welt.

Verschiedene Qualitäten Beim Fädenzupfen ist darauf zu achten, dass nur die etwa drei Zentimeter langen, tiefrot gefärbten Narbenschkel, die zwischen den Blütenblättern herausragen, erwischt werden und nicht der gelbe Griffel, an dem die Narbe anhaftet. Safran besserer Qualität zeichnet sich dadurch aus, dass dieser gelbe Griffel nicht im getrockneten Safran zu finden ist, denn er ist geruch- und geschmacklos und damit auch wertlos. Ausgesuchte, von Griffelresten befreite Ware wird auch als *Crocus electus*



© FotoCuisinette / iStock / Thinkstock

(Safranspitzen) bezeichnet. Im Gegensatz dazu sind bei der minderen Qualität *Crocus naturalis* noch Griffelreste enthalten.

Safran macht den Kuchen gelb (= gelb) Frisch geerntet sind die Safranfäden noch geruchlos. Der typische Safranduft entwickelt sich erst beim Trocknen. Er ist auf den Aromastoff Safranal zurückzuführen, der während der Lagerung aus dem Bitterstoff Picrocrocin (Saframbitter) durch Abspaltung von Glucose entsteht. Er verleiht der Droge ihren herb-aromatisch-erdigen Geschmack, der Safran zu einem äußerst geschätzten Gewürz macht. Für die intensive Färbekraft des Safrans sind gelbrote Carotinoide, vor allem Crocin, verantwortlich. Bereits in der Antike wurden safrangefärbte Gewänder getragen und im Mittelalter war Safran ein wertvolles Gelb-

pigment in der Buchmalerei. Ebenso fand die Krokusart zu allen Zeiten in der Küche als Färbemittel Verwendung, wie auch das volkstümliche Kinderlied offenbart.

Altes Heilmittel... Lange Zeit galt Safran als ein wertvolles Heilmittel. Schon die alten Griechen und Römer gebrauchten ihn bei Gebärmutterbeschwerden. Später wurde er zudem bei Magen-Darm-Erkrankungen, als Nervenberuhigungsmittel sowie bei Atemwegsbeschwerden angewendet. Hebammen schätzten ihn zur Beschleunigung des Geburtsvorgangs. Hintergrund für die Wirkungen ist die in kleinen Mengen vorhandene Anregung der Magensaftsekretion sowie die in größeren Dosen vorhandene Wirkung auf die glatte Muskulatur des Uterus.

... mit toxischen Nebenwirkungen

Letztere wurde auch missbräuchlich genutzt, indem Frauen mit Safran ungewollte Schwangerschaften vorzeitig beendeten. Bei der abortiven Verwendung kam es allerdings immer wieder zu schweren Vergiftungsfällen, denn bereits die Einnahme von fünf bis zehn Gramm ruft toxische Wirkungen hervor. Nach einer kurzen anfänglichen Phase der Erregung, die auf Crocin zurückzuführen ist, folgen Kopfschmerzen, Schwindel, Erbrechen, blutige Durchfälle, Haut- und Schleimhautblutungen und Delirien. Schließlich kommt es zum Kollaps und es tritt der Tod ein. Als letale Dosis gelten bei Erwachsenen 20 Gramm. Für die toxischen Wirkungen soll Safranal verantwortlich sein. ■

Gode Chlond, Apothekerin

Wenn die neue Zahnprothese schmerzt

Was man in der Eingewöhnungszeit gegen Entzündungen im Mundraum tun kann.



am Entzündungsherd schnelle Hilfe. Lidocain stoppt den Schmerz, Kamille wirkt zusätzlich beruhigend, entzündungshemmend und fördert so die Heilung. Kamistad® ist seit über 40 Jahren bewährt, für Erwachsene und Kinder ab 12 Jahren geeignet – und deshalb Ihre gute Empfehlung für jede Hausapotheke!



Entzündungen in Mund- und Rachenraum treten meist in Form von Schwellungen und Rötungen auf. Diese gehen oft einher mit zum Teil heftigen Schmerzen und schränken deshalb das Leben der Betroffenen stark ein.

eine unzureichende Mundhygiene, allergische Reaktionen auf Nahrungsmittel, Medikamente oder Piercings bis hin zu kleinen Verletzungen durch zahnärztliche Behandlungen, heißes Essen oder spitze Nahrungsbestandteile.

Viele verschiedene Ursachen.

Für diese Entzündungen gibt es eine ganze Reihe an Auslösern: Druckstellen durch Prothesen oder Zahnsparangen, Aphten, trockene Mundschleimhaut,

Einzigartige 2-fach-Wirkstoffkombination hilft.

Der Marktführer* Kamistad® mit 48 % Marktanteil bietet hier – mit den beiden aufeinander abgestimmten Wirkstoffen Lidocain und Kamille – punktgenau

KAMISTAD®

- Einzigartige 2-fach-Wirkung
- Bewährt seit 40 Jahren – praktisch und einfach in der Anwendung
- Auch für Prothesen- und Zahnsparangenträger eine gute Empfehlung



* MAT 12/2016 IMS OTC Report nach Umsatz und Absatz und höchster Anteil an Apothekenempfehlungen lt. 3/2016 GfK-Mediscopes

Kamistad® Gel 20 mg Lidocain-HCl/185 mg Auszug aus Kamillenblüten/1 g Gel. Zus.: 1 g Gel enth.: 20 mg Lidocainhydrochlorid 1H₂O u. 185 mg Auszug aus Kamillenblüten (1:4–5). Auszugsm.: Ethanol 50% (V/V) mit 1,37% Trometamol (eingestellt m. Methansäure 98% auf pH 7,3). **Sonst. Bestandt.:** Benzalkoniumchlorid, Ethanol 96%, Methansäure, Polyacrylsäure, Saccharin-Na, Trometamol, ger. Wasser, Zimtöl. **Anw.:** Traditionell angew. als mild wirkendes AM b. leichten Entzünd. des Zahnfleisches u. d. Mundschleimhaut. **Gegenanz.:** Überempf. gg. d. Wirkstoffe, and. Lokalanästhetika v. Amid-Typ od. e. d. sonst. Bestandt. **Anw.-beschränk.:** Kdr. < 12 J. **Hinw.:** Kontakt m. Augen u. offenen Wunden vermeiden. Nach dem Auftragen die Hände gründlich reinigen. Hautreiz. durch Benzalkoniumchlorid mögl. **Schwangersch./Stillz.:** Kontraind. **NW:** Vorübergehend leichtes Brennen; allerg. Reakt. (z. B. Kontaktallergie) durch Lidocain, Zimt u. Kamille, auch b. Überempf. gg. Korbblütler (z. B. Beifuß) u. Perubalsam (sog. Kreuzreakt.); Überempf.reakt. an Haut u. Schleimhäuten. Angaben gekürzt – Weitere Einzelheiten entnehmen Sie bitte d. Fach- bzw. Gebrauchsinformation. Stand: September 2013. **STADA GmbH, Stadastraße 2–18, 61118 Bad Vilbel**