



© Beat Ernst, Basel

Anregende Blätter

Der **Matebaum** wurde schon vor Jahrtausenden von den Ureinwohnern Südamerikas kultiviert und aus seinen Blättern ein traditionelles Getränk zum Genuss und als Heilmittel hergestellt.

Als Baum oder Strauch ist *Ilex paraguayensis* in Brasilien, Paraguay und Uruguay beheimatet und wächst in einer Höhe von 400 bis 800 Metern bei einer relativ gleichmäßigen Durchschnittstemperatur von 20 bis 23 °C und einer mittleren bis hohen Luftfeuchtigkeit. Im Wildwuchs erreicht die immergrüne Pflanze aus der Familie der Stechpalmengewächse (Aquifoliaceae) bei einem Stamm-

durchmesser von circa 30 Zentimetern eine Höhe bis zu 15 Metern. Der graue Stamm mündet in eine ovale Krone. Auf Plantagen wird der Matebaum allerdings nur zwei bis fünf Meter hoch gezüchtet, um seine Blätter leichter abernten zu können. Die wechselständig stehenden Blätter sind wie bei allen Sträuchern oder Bäumen der Gattung der Stechpalmen (*Ilex*) sehr hart und am Rande stachelig gezähnt. Sie haben eine ovale Form und sind 6

bis 20 Zentimeter lang und 3 bis 9 Zentimeter breit. 30 bis 40 kleine weiße Blüten mit je 4 Kronblättern erscheinen in dicken Büscheln in den Blattachseln und sind getrenntgeschlechtlich (diözisch). Die sechs bis acht Millimeter dicken, kugeligen Steinfrüchte haben eine rotviolette Farbe und enthalten vier bis sechs Samenkörner.

Mateblätter Angewandeter Pflanzenteil sind die Blätter

der Pflanze, deren Qualität im Deutschen Arzneimittel-Codex (DAC) beschrieben werden: Grüne Mateblätter (*Mate folium viride*) und Geröstete Mateblätter (*Mate folium tostum*). Die Blätter werden zwischen Mai und September geerntet. Optimal sind circa zwei Jahre alte Blätter mit einer leicht bräunlichen Oberfläche. Um sie nach der Ernte haltbar zu machen, werden sie bei mehreren hundert Grad etwa 90 Sekunden lang erhitzt. Dabei wird



Bionorica®

Husten? Bronchitis? Bronchipret®



- löst den festsitzenden Schleim
- bekämpft die Entzündungsbeschwerden
- reduziert die Hustenanfälle



Wirksam. Verträglich. Leitlinienkonform.

ihnen zum einen Wasser entzogen, zum anderen werden auf diese Weise Enzyme im Blatt zerstört und somit der natürliche Zersetzungsprozess gehemmt und ein Schwarzwerden der Blätter verhindert.

Traditionelles Getränk Die Guarani, ein Indianerstamm aus den Gebieten, die heute zu den Ländern Uruguay, Brasilien, Argentinien, Bolivien und Paraguay gehören, stellten aus seinen Blättern den Mate-Tee her. Dieser wurde traditionell gemeinsam mit Gästen aus einem Gefäß getrunken. Dafür verwendeten die Ureinwohner Südamerikas das ausgehöhlte und getrocknete Stielende eines Flaschenkürbisses, eine Kalebasse. Diese Behälter werden im Spanischen als Mate bezeichnet, was auf das Guarani-Wort „mati“ zurückgeht und dem Tee seinen Namen gegeben hat. Mate-Tee war in seiner Heimat aber nicht nur ein Genussmittel, sondern hatte auch medizinische Bedeutung. Er wurde beispielsweise bei Durchfall und als Analgetikum eingesetzt. Zur Wundheilung wurden außerdem Umschläge aus den Blättern zubereitet.

Belebende Wirkung Ende des 16. Jahrhunderts begannen die Jesuiten, die damals zu diesem Zeitpunkt die Gebiete des heutigen Paraguays missionierten, die Pflanze auf Plantagen anzubauen und zu vertreiben, um ihre Missionsstationen zu finanzieren. Etwa 200 Jahre später kam Mate dann nach Portugal und damit nach Europa, wo das Lieblingsgetränk der Südamerikaner sich zunehmender Beliebtheit erfreute. Allerdings konnte sich der Tee bei uns aufgrund seines rauchigen Geschmacks nicht gegenüber Schwarztee oder Kaffee als Genussmittel

vollständig durchsetzen. Man schätzte Mate-Tee dennoch als Muntermacher. Die Kommission E hat ihn bei geistiger und körperlicher Ermüdung positiv bewertet. Darüber hinaus findet er in der Volksmedizin als ein hungerstillendes Mittel Verwendung, um das Abnehmen zu erleichtern. Zudem gilt er als ein natürliches isotonisches Getränk und wird als Kombinationspartner diversen Blasen- und Nierentees zugesetzt.

Koffeinhaltiger Aufguss Die Effekte werden vor allem auf die anregenden und diuretischen Wirkungen des enthaltenen Koffeins zurückgeführt. Es ist in den frischen Blättern mit 0,4 bis 1,7 Prozent enthalten und zur Hälfte an Gerbstoffe gebunden. Dadurch wird das Koffein allmählich an den Körper abgegeben, sodass die anregende Wirkung zwar später einsetzt, aber dafür länger anhält als beim Kaffee. Außerdem kommen Theobromin, Theophyllin, Caffeoylchinasäuren, Flavonoide, Saponine und Gerbstoffe in ihnen vor. Für die Herstellung des Mate-Tees werden die Blätter mit nicht mehr kochendem, sondern etwa 80 Grad heißem Wasser übergossen und nach fünf bis zehn Minuten abgeseiht. Der Aufguss hat eine grünlich gelbe Farbe und kann mehrere Male wiederholt werden. Die Blätter sind so lange verwendbar, bis beim Aufgießen keine Bläschen mehr aufsteigen und einzelne Mateblätter oben schwimmen. Die anregende Wirkung des Getränks ist wie beim Schwarzen Tee beim kurz aufgebrühten Aufguss stärker als nach langem Ziehenlassen. ■

Gode Meyer-Chlond,
Apothekerin

Bronchipret® Saft TE • Zusammensetzung: 100 ml (entsprechen 112 g) Bronchipret Saft TE enthalten: 16,8 g Fluidextrakt aus Thymiankraut (1 : 2 – 2,5); Auszugsmittel: Ammoniaklösung 10 % (m/m); Glycerol 85 % (m/m); Ethanol 90 % (V/V); Wasser (1 : 20 : 70 : 109); 1,68 g Fluidextrakt aus Efeublättern (1:1); Auszugsmittel: Ethanol 70 % (V/V). Enthält 7 % (V/V) Alkohol. Enthält u. a. Maltitol-Lösung. Sonstige Bestandteile: Citronensäure-Monohydrat, Gereinigtes Wasser, Hydroxypropylbetadex, Kaliumsorbat (Ph. Eur.), Maltitol-Lösung. **Anwendungsgebiete:** Zur Besserung der Beschwerden bei akuter Bronchitis mit Husten und Erkältungskrankheiten mit zähflüssigem Schleim. **Gegenanzeigen:** Keine Anwendung bei bekannter Überempfindlichkeit gegenüber Efeu, Pflanzen der Familie der Araliengewächse, Thymian oder anderen Lamiaceen (Lippenblütler), Birke, Beifuß, Sellerie oder einen der sonstigen Bestandteile. Keine Anwendung in Schwangerschaft und Stillzeit wegen nicht ausreichender Untersuchungen und bei Kindern unter einem Jahr. Patienten mit der seltenen hereditären Fructose-Intoleranz sollten Bronchipret Saft TE nicht einnehmen. **Nebenwirkungen:** Gelegentlich Magen-Darm-Beschwerden wie Krämpfe, Übelkeit, Erbrechen. Selten Überempfindlichkeitsreaktionen mit Hautausschlägen. Auch Überempfindlichkeitsreaktionen mit z. B. Luftnot, Nesselsucht sowie Schwellungen in Gesicht, Mund und/oder Rachenraum möglich. **Warnhinweise:** Enthält 7 % (V/V) Alkohol. Stand: 12|14

BIONORICA SE | 92308 Neumarkt
Mitvertrieb: PLANTAMED Arzneimittel GmbH | 92308 Neumarkt