



© Uzara / www.bpat-ernst-basel.ch

Sanfte Hilfe bei Durchfall

Die schon seit Generationen im Süden Afrikas volksmedizinisch eingesetzte **Uzarawurzel** hat sich auch in Deutschland in der Durchfalltherapie bewährt.

Die Kommission E des ehemaligen BGA (Bundesgesundheitsamt) hat die Wirksamkeit und Unbedenklichkeit von Uzara gegen unspezifische, akute Durchfallerkrankungen in einer Aufbereitungsmonographie positiv bewertet. Die Uzarawurzel wird in standardisierten Fertigarzneimitteln bei Kindern und Erwachsenen verabreicht. Die Verwendung als Teezubereitung ist hingegen nicht gebräuchlich.

Zur Pflanze Uzara (*Xysmalobium undulatum* (L.) R. BR.) ist eine bis zu einem Meter hoch werdende Staude aus dem Arzneischatz der Medizinmänner im Süden Afrikas. Auf die charakteristisch eingerollten Blatt-ränder der milchsaftführenden Pflanze nimmt die lateinische Artbezeichnung *undulatum* Bezug. Im Englischen wird sie wegen des Milchsaftes als Milk Bush bezeichnet. Zudem trägt sie dort auch den Namen Wild Cotton, da die weiß behaarten Samen wie watteartige Knäuel

aussehen und an Baumwolle erinnern. Daneben kennt man die graue bis grau-braune Uzarawurzel unter den Bezeichnungen Bitterhout und Bitterwortel, was auf ihren bitteren Geschmack zurückzuführen ist.

Uzara-Medizin Die heilende Wirkung der Pflanze aus der Familie der Schwalbenwurzgewächse (*Asclepiadoideae*) war den Eingeborenen schon über Generationen bekannt und sie setzten die Wurzeln bei vielfältigen Beschwerden als Uzara-Medizin erfolgreich ein. Die traditionelle Zulu-Arznei kam 1909 mit einem deutschen Forschungsreisenden nach Deutschland, wo sie pharmakologisch untersucht und schließlich vor genau 100 Jahren gegen Durchfallerkrankungen in verschiedenen Darreichungsformen in den Handel gebracht wurde. Auch heute noch werden ethanologisch-wässrige Drogenauszüge aus den getrockneten, unterirdischen Teilen zwei- bis dreijähriger Pflanzen herge-

stellt und kommen als Trockenextrakte in Fertigarzneimitteln bei unspezifischen, akuten Durchfallerkrankungen zur Anwendung. Anfangs lieferten Wildsammlungen das Ausgangsmaterial für die Phytotherapeutika. Seit den fünfziger Jahren werden in Südafrika Uzara-Kulturen angelegt, um den großen Bedarf an Uzara-wurzeln für die Arzneimittelherstellung zu decken.

Motilitätshemmende Wirkung Der derzeitige Erkenntnisstand geht davon aus, dass das wirksame Prinzip von Uzara, wie bei den meisten pflanzlichen Arzneistoffen auch, der Gesamtextrakt ist, wobei das Cardenolid-Glykosid Uzarin maßgeblich zur Wirksamkeit beiträgt. Nachgewiesen ist eine motilitätshemmende Wirkung, die auf eine Erhöhung der Empfindlichkeit der sympathischen Nervenendigungen für Adrenalin zurückgeführt wird, wodurch es zu einer Hemmung auf die glatte Muskulatur des Magen-Darm-Traktes kommt. Auf diese Weise hilft der Extrakt, die bei Durchfallerkrankungen stark verkürzte Darmpassagezeit wieder zu normalisieren. Dabei nimmt die Stuhlhäufigkeit ab, ohne dass aber die physiologischen Darmbewegungen zum Erliegen kommen. Die Selbstreinigungsfunktion des Darms wird dabei nicht aufgehoben und vorhandene Toxine können weiterhin ausgeschieden werden. Außerdem werden krampflösende Eigenschaften und eine lindernde Wirkung auf Übelkeit und Brechreiz vermutet.

Bitte beachten Die in der Wurzel enthaltenen Cardenolidglykoside sind chemisch mit den Digitalis-Glykosiden verwandt. Sie unterscheiden sich zwar in der Zucker-Verknüp-

fung und der räumlichen Konfiguration, wodurch die Uzara-Glykoside in therapeutischer Dosierung keine Wirkung mehr auf den Herzmuskel haben sollen. Sicherheitshalber sind sie aber für Patienten mit Digitalis-Medikation wegen möglicher Wechselwirkungen nicht geeignet. Außerdem sollte aufgrund fehlender Daten zur Anwendung in Schwangerschaft und Stillzeit auf die Einnahme von Uzara-wurzel in diesen besonderen Lebensabschnitten verzichtet werden.

Gut für Kinder geeignet Hingegen hat sich die Pflanze für die Durchfalltherapie bei Kindern aller Altersstufen bewährt. Der alkoholfreie Saft ist schon für Kinder ab zwei Jahren zugelassen, die überzogenen Tabletten können ab sechs und die Tropfen ab zwölf Jahren eingenommen werden. Falls die Beschwerden trotz Medikation länger als zwei Tage anhalten, sollte ein Arzt aufgesucht werden. Auch sind Durchfälle bei Kleinkindern ärztlich zu begleiten. Säuglinge sind grundsätzlich nicht selbst zu behandeln.

Fazit Die Uzara-wurzel hat sich als eine unterstützende Behandlung bei akuten, unspezifischen Durchfallerkrankungen bewährt, wobei aber begleitend unbedingt auf eine ausreichende Flüssigkeits- und Elektrolytaufnahme geachtet werden sollte. ■

*Gode Meyer-Chlond,
Apothekerin*