

# **Inula helenium L.**

## **Allgemein**

Die Pflanze wird von vielen Dichtern des Altertums erwähnt. Es ist aber unklar, ob die von ihnen ‚Helenion‘ genannte Pflanze der heutige Alant war. Die Inula gilt als eine der ältesten Arzneipflanzen. Dioskurides und Plinius empfehlen sie gegen Husten, Krämpfe, Blähungen, Ischias, Magenschwäche und zur Befestigung lockerer Zähne. Insbesondere Plinius röhmt sie als Magenmittel. Im Mittelalter galt der Alant als Universalheilmittel gegen alle Leiden des Kopfes, der Brust, des Magens, gegen Schlagfuß, Pest und andere. In England war die Pflanze schon in angelsächsischer Zeit ein verbreitetes Heilmittel. Paracelsus sah im Alantein ein Heilmittel gegen Blähungen, Lungenleiden und Kontrakturen. Hildegard von Bingen wendete ihn ebenfalls gegen Lungenleiden an, aber auch gegen Krätze. Bock sah im Alant eine ‚köstliche Arznei‘ für die Engbrüstigen, bei Magenerkältung, Verdauungsproblemen, bei Asthma, Husten, Blutspeien, Geschwüren der Lunge und des Uterus, als stein- und menstruationstreibendes Mittel und bei Geschwüren der Genitalien. Auch Matthiolus und Weinmann sehen ausgedehnte Anwendungsgebiete für die Pflanze. Hecker schreibt dem Alant günstige Wirkungen auf Krankheiten der Atmungsorgane, des Unterleibes, Verschleimung des Magens und des Darms. Stockungen im Pfortadersystem, Krätze und Hautflechten und auf mit Zittern verbundene Nervenschwäche zu.

Die Wurzel spielte auch eine große Rolle in der Volksmedizin europäischer Völker, insbesondere in der tschechischen und russischen. Die Wurzel wurde auch gezuckert gegen Asthma und bei Reisen als Schutz gegen unreine Luft gegessen, es sollte jedoch "nicht mehr von der Pflanze als Gerste in Gerstenzucker" enthalten sein.

Der aktive Bestandteil 'Inulin' wurde 1804 erstmalig von Valentine Rose in Berlin isoliert.

Medizinisch verwendet wird der Wurzelstock in getrocknetem oder frischem Zustand.

## **Etymologie**

Die Etymologie des Namens der Pflanze ist etwas undurchsichtig. Einerseits kann der Name aus dem griechischen Wort 'helenion' für 'Alant' entstanden sein. Er kann aber auch wegen der abführenden Wirkung der Pflanze vom griechischen Wort 'hinaein = ausleeren, reinigen' abgeleitet sein.

'Helinium' kommt vom griechischen Wort 'helenion', das sich auf den Namen Helena beziehen soll, die in diesem Falle die vorgriechische Vegetationsgöttin ist, aus deren Tränen die Pflanze entsprossen sein soll. Eine andere Interpretation deutet 'helene' als 'geflochtenen Korb', in dem zum Fest der Göttin Artemis Brauronia die heiligen Geräte getragen wurden.

## **Botanik**

**Blüte und Frucht:** Die Blütenstände sind in 6 bis 7 cm breiten, endständigen, traubigen Trugdolden angeordnet. Die Blütenhülle ist becherförmig und dachziegelartig. Die inneren Blätter der Hülle sind an der Spitze trocken und verbreitert, die äußeren laubartig und eiförmig. Die weiblichen Randblüten sind schmal zungenförmig, die zwittrigen Scheibenblüten röhlig. Der Blütenköpfchenboden ist flach, schwach grubig, kahl. Die Blüten sind kräftig gelb. Die Achänen sind zylindrisch, vielrippig, 4 bis 5 mm lang, braun und kahl. Der Pappus ist 8 bis 10 mm lang, aus bräunlichen, feinen, rauhen, spröden Borsten.

**Blätter, Stängel und Wurzel:** Die Pflanze ist ausdauernd und 80 bis 180 cm hoch. Der Wurzelstock ist kurz, gedrungen ästig, knollig bis faustdick und hat kräftige, bis zu 1 cm dicke und bis zu 50 cm lange Wurzeln. Der Stengel ist aufrecht, oben ästig, zottig behaart. Die Blätter sind groß, unterseits filzig, ungleich gezähnt; die stängelständigen sind herzförmig zugespitzt, die grundständigen länglich und gestielt.

**Merkmal:** Wurzelstock mit starkem Aroma, Geschmack scharf, bitter, würzig

## Verbreitung

Die Pflanze ist in Europa und in gemäßigten Gebieten Asiens heimisch und in die USA und China eingeführt worden.

## Synonyme

Aster helenium (L.) Scop.  
Aster officinalis All.  
Corvisartia helenium (L.) Mérat  
Helenium grandiflorum Gilib.

## Volkstümliche Namen

Ala (span.)  
Alant (dän.)  
Alant, echter (dt.)  
Alantwurzel (dt.)  
Antivelano (it.)  
astabaca (span.)  
Aunée (frz.)  
Brustalant (dt.)  
Darmwurz (dt.)  
Donavarwurzel (dt.)  
Echter Alant (dt.)  
Edelherzwurzel (dt.)  
Edelwurz (dt.)  
Elecampane (eng.)  
elenio (it.)  
Elfdock (eng.)  
Elfdock root (eng.)  
Elfwort (eng.)  
enula campana (it.)  
Enula campana (port.)  
enula campana (span.)  
erbella (it.)  
Glockenwurz (dt.)  
Großer Heinrich (dt.)  
Helenenkraut (dt.)  
helenio (span.)  
hierba del moro (span.)  
Horse-Elder (eng.)  
Horseheal (eng.)  
inula campana (port.)  
inule (frz.)  
Odinskopf (dt.)  
oeil de cheval (frz.)  
ploughman's spikenard (eng.)  
Scabwort (eng.)

Schlangenwurz (dt.)

Velvet Dock (eng.)

Wild Sunflower (eng.)

## **Drogen**

Helenii rhizoma (+!)