

***Valeriana officinalis* L. (Valerianaceae) - Baldrian**

Der Baldrian gehört zu den germanischen Ritual- und Heilpflanzen. Er war der Göttin Hertha, die auf dem Edelhirsch reitet, heilig. Wieland, der schamanische Schmied der germanischen Mythenwelt, heilte mit der Wurzel Krankheiten; daher heißt der Baldrian auch Velandswurt oder »Wielands Wurzel« (WEUSTENFELD 1995: 13*). Baldrian wurde früher als Schutz vor Hexen und Hexerei, vor bösen Geistern und Teufeln am Haus aufgehängt. Die Wurzel wurde auch gegen Teufel geräuchert (vgl. Räucherwerk). In der frühen Neuzeit galt Baldrianwurzel als Aphrodisiakum und wurde zur Behandlung der »heiligen Krankheit« (Epilepsie) verwendet (KNOLLER 1996: 12f.). Er wurde auch Theriakwurzel genannt, da er ein wesentlicher Bestandteil des Allheilmittel Theriak war (WEUSTENFELD 1995: 15*).

Baldrian (ebenso die Varietät *Valeriana officinalis* L. var. *sambucifolia* MIKAN.), auch Katzenkraut genannt, ist für seine anziehende Wirkung auf Katzen berühmt (vgl. *Nepeta cataria*). Die beruhigende Wirkung seiner Wurzel auf das Nervensystem ist eigentlich gut bekannt (PAHLOW 1993: 64*). Gelegentlich wird Baldrianwurzel als »Legal high« mit psychoaktiven Kräften bezeichnet (SCHULTES und HOFMANN 1980: 368*). Besonders der Tee aus gleichen Teilen Baldrianwurzel und Kava-Kava (*Piper methysticum*) soll »schöne Träume« produzieren (SCHULRES 1995: 76*). Mit Hopfen (*Humulus lupulus*) zusammen ergibt Baldrian einen starken Schlaftee (vgl. auch Diazepam).

In Südamerika gilt *Valeriana longifolia* H.B.K. als Allheilmittel und Stimulans für altersschwache Menschen. Dort werden verschiedene *Valeriana*-Arten als *contrayerba* bezeichnet (vgl. *Trichochne spp.*). *Valeriana adscendens* TURZ. wird in Peru *hornamo morado* genannt und als Zusatz für SanPedro-Trünke verwendet (vgl. *Trichocereus pachanoi*). Die nordamerikanischen Blackfeetindianer rauchen die Wurzeln von *Valeriana sitchensis* BONG, die im Englischen *tobacco root* (»Tabakwurzel«) genannt wird, pur oder mit Tabak (siehe Kinnickinnick) vermischt (JOHNSTON 1970: 320*). In Indien und Nepal wird die aromatische Wurzel der *samyo* oder *muskbala* genannten Art *Valeriana jatamansi* (DC.) JONES [syn. *Valeriana wallichii* DC.] als Räucherstoff oder Bestandteil von Räucherwerk für magische und religiöse Riten gebraucht (SHAH 1982: 298*, SHAH und JOSHI 1971: 421 *). Noch höher eingeschätzt wird die stark duftende Wurzel der *jatamansi* oder *masi* genannten, nah verwandten Art *Nardostachys jatamansi* (D. DON) DC.; sie wird als Weihrauch und zur Behandlung von Epilepsie benutzt (SHAH 1982: 297*). Ob diese beiden Räucherstoffe, wie gelegentlich behauptet, psychoaktiv wirken, sei dahingestellt. Das in *Valeriana officinalis*, *Valeriana jatamansi* und *Nardostachys jatamansi* vorhandene Sesquiterpen-Keton Valeranon ist vermutlich für die beruhigende (Tranquilizer-)Wirkung verantwortlich (HÖRSTER et al. 1977).

In der Gattung wurde das Alkaloid Actinidin gefunden (SCHULTES 1981: 42*). Interessant für die weitere Erforschung einer möglichen Psychoaktivität, die über eine sedative Beruhigung hinausgeht, ist die Erkenntnis, daß ein wäßriger Extrakt den ZNS-Neurotransmitter GABA (γ-Aminobuttersäure; *Amanita muscaria*, Ibotensäure, Muscimol) beeinflusst (SANTOS et al. 1994).

Literatur

GRÄNICH, F., P. CHRIS'TEN und I. KAPETANIDIS

1992 »Production of Valepotorates by Hairy Root Cultures of *Valeriana officinalis* var. *sambucijolia*«, *Planta Medica* 58, Suppl. 1: A 614.

HÖRSTER, Heinz, Gerhard RÜCKER und Joachim TAUTGES

1977 »Valeranon-Gehalt in den unterirdischen Teilen von *Nardostachys jatamansi* und *Valeriana officinalis*«, *Phytochemistry* 16: 1070-1071.

KNOLLER, Rasso

1996 *Baldrian*, Niedernhausen/Ts.: Falken Taschenbuch Verlag.

SANTOS, Maria S., Fernanda FERREIRA, Antônio P CUNHA, Arselio P CARVALHO und Tlce MACEI(O)

1994 »An Aqueous Extract of *Valeriana* Influences the Transport of GABA in Synaptosomes«, *Planta Medica* 60: 278-279.