

Turnera diffusa Damiana

Familie

Turneraceae (Safranmalvengewächse)

Formen und Unterarten

Die in der Baja California verbreitete Damiana wird als Varietät beschrieben:

Turnera diffusa WILLD. var. *aphrodisiaca* (WARD) URBAN

Synonyme

Turnera aphrodisiaca L.F. WARD

Turnera aphrodisiaca WILLD.

Turnera hirsutifolia ENDL.

Turnera pringlei ROSE

Volkstümliche Namen

Ajkits, Damiana amarilla, Damiana americana, Damiana de California, Garanona, Hierba de la mora, Hierba de la pastora

(Spanisch »das Kraut der Schaferin«)-112, Hierba del Pastor (»Schaferkraut«), Hierba del venado (Spanisch »Kraut des Hirschs«),

Itamo real, Jicamo real, Mexican damiana, Mezquitillo, Miixkok, Mis kok (»Asthmabesen«), Misibkok (Maya »Asthmafeger«),

Misibkook, Old woman's broom, Oreganillo (»Oreganolein«), Oreja de venado (»Ohr des Hirschs«), Paralena, Pastorcita

(»Schaferlein«), Pastorica, Rosemary, Salverreal, San Nicolas, Shepherd's herb, Stag's herb, Xmisibkok, Xmisibkook

Folgende Arten werden ebenfalls als »Damiana« bezeichnet und unter diesem Namen im Handel angeboten (MARTINEZ 1994: 120*):

Turnera pumilla L. Bruja (= »Hexe«)

Turnera ulmifolia L. Clave de oro (= »Goldnelke«)

Chrysactinia mexicana A. GRAY False Damiana

Bigelowia veneta A. GRAM False Damiana [= *Haplopappus discoideus*]

Haplopappus laricifolius False Damiana

Geschichtliches

Damiana wurde sehr wahrscheinlich schon in prahistorischer Zeit in Nordmexiko und im Mayagebiet als Medizin und Liebestrank verwendet. Der Missionar Jesus Maria de Salvatierra hat in seiner *Chronica* von 1699 erstmals den aphrodisischen Gebrauch bei nordmexikanischen Indianern erwähnt. Der Name »Damiana« leitet sich entweder vom heiligen Damian, dem Schutzpatron der Apotheker, oder von Peter Damiani, der im 11. Jahrhundert die Sittenlosigkeit der Geistlichen anprangerte, ab.

Die Pflanze wurde botanisch erstmals 1820 vom österreichischen Botaniker Josef August Schultes (1773-1831) beschrieben. Im 19. Jahrhundert wurde das Kraut als Tonikum und Aphrodisiakum in die US-amerikanische (1874) und Mexikanische

Pharmakopoe aufgenommen (MARTÍNEZ 1994: 121 *). 1880 wurde es in Europa eingeführt (HIRSCHFELD und LINSERT 1930: 174*). Seit Ende der sechziger Jahre gilt die Pflanze als »Legal high« und Marijuana- bzw. Tabakersatz (vgl. *Cannabis indica*, *Nicotiana tabacum*).

Der Coca-Cola-Erfinder Dr. John S. Pemberton (1831-1888) hatte vor Einsatz der US-amerikanischen Prohibition ein tonisierendes Getränk, das dem *Mariani-Wein* nachempfunden war, entwickelt: *French Wine Coca*. Es enthielt neben Coca- und Cola-Auszügen Sudwein und einen Damianaextrakt (vgl. *Erythroxylum novogranatense*).

Verbreitung

Damiana ist von Südkalifornien (Baja California) bis nach Argentinien verbreitet. Das Hauptverbreitungs- und Produktionsgebiet liegt in Nordmexiko und Baja California.

Anbau

Das Kraut kann sowohl aus Samen (sehr schwierig) als auch aus Stecklingen gezogen werden. Es benötigt warmes oder heißes Klima und stellt keine hohen Ansprüche an den Boden (GRUBBER 1991: 26f.*). Damiana kann auch gut in Wustenzonen wachsen (MILLER 1988: 31*).

Aussehen

Das meist 30 cm, seltener bis zu maximal 2 Meter hoch wachsende Kraut hat wechselständige bis zu 2 cm lange, lanzettförmige, gezackte und leicht behaarte Blätter. Die gelben Blüten werden nur 12 mm lang und stehen in den Blattachseln. Die Blütezeit liegt zwischen Juli und September. Die runde, dreifachrige Kapselfrucht wird nur 2 bis 4 mm groß und enthält wenige (1 bis 2) birnenförmige Samen.

Damiana kann leicht mit anderen Arten der Gattung *Turnera* sowie mit *Chrysactinocl rrllexicancl* verwechselt werden. Von der sattgrünen *Turnera Lilniifolia* läßt sie sich durch die graublauliche Farbe der Blätter und die deutlich kleineren Blüten unterscheiden.

Droge

Kraut ohne Wurzeln (Herba damianae, Damianakraut)

Zubereitung und Dosierung

Das getrocknete Kraut kann entweder als Tee zubereitet, alkoholisch extrahiert oder geraucht und gerauchert werden. Für aphrodisische Zwecke raucht man einen Joint aus den Blättern oder trinkt einen Tee aus dem Kraut (GOTTLIEB 1974: 27£').

Damianakraut ist ein Bestandteil von psychoaktiven Rauchmischungen (MILLER 1988: 33*); besonders gerne werden die Blätter anstelle von Tabak (*Nicotiana tabacum*) mit Haschisch (siehe *Cannabis indica*, *Cannabis sativa*) zusammen geraucht.

Damianatee kann als Infusion, Dekokt oder Kaltwasserextrakt zubereitet werden. Der Aufguß aus Damianakraut, eventuell unter Zusatz von Orangenbluten, wird 3 bis 5 Minuten gebrüht. Für ein starker wirksames Dekokt kann man es bis zu einer Stunde kochen. Der Kaltwasserextrakt wird für 24 Stunden angesetzt. Die Dosis für einen Tee beträgt 4 g pro Tasse oder Becher (LOWRY 1984: 267). Die Dosis kann jedoch beliebig gesteigert werden, da Nebenwirkungen unbekannt sind.

Für aphrodisische Zwecke wird Damiana oft (1:1) mit Sabalfrüchten (vgl. Palmwein, Wein), manchmal auch mit Kolanuß vermischt (*Cola* spp.). Früher gab es eine Zubereitung namens *pildoras de damiana*, die aus 5,5 g Phosphor, 9 g *Strychnos nuxvomica* und 10 g Damiana bestand (MARTÍNEZ 1994: 1220. Damiana kann auch mit reinem Strychnin kombiniert werden (LOWRY 1984).

Das Kraut eignet sich sehr gut zur Bereitung von angesetzten Schnapsen. Aus ihm wird in Mexiko auch ein Likör mit angeblich aphrodisischen Wirkungen hergestellt.

Damianaschnaps (Angesetzter)

1 Flasche (0,7l) Alkohol [weißer Rum (Zuckerrohrschnaps) oder Tequila (vgl. *Agave* spp.)]

ca. 10-20 g Damianakraut (*Turnern diffusa*)

ca. 20-25 g Sabalfruchte (Fructus *Sabalae serrulata* tot.) (vgl. Palmwein)

2 Vanilleschoten (= 7-9 g) (*Vanilla planifolia*)

4 Zimtstangen (ca. 15 g) (*Cinnamomum verum*)

ca. 2 g Macisblüte (*Myristica fragrans*)

ca. 0,5 g Galgantwurzel [*Alpinia galanga* (L.) WILLD. (syn. *Maranta galanga* L.) oder *Alpinia officinarum* HANCE] (vgl. *Kaempheria galanga*)

Die Vanilleschoten werden der Länge nach aufgeschnitten oder halbiert. Zusammen mit allen anderen Zutaten ansetzen und vor Gebrauch mindestens zwei Wochen an einem warmen Ort stehen lassen. Danach entweder abseihen oder die Zutaten in der Flasche lassen. Ein Glaschen täglich oder eine Stunde vor einem geplanten erotischen Geschehen.

Ein mexikanisches Rezept für einen aphrodisierenden Damianatee

30% Damiana (*Chrysactinia mexicana* GRAM)

10% Gobernadora (*Larrea tridentata* (DC.) CAV.; auch *Larrea divaricata* [?])

50% Damiana californica (*Turnern diffusa* WILLD.)

10% Garanona (*Castilleja canescens* BENTH.; *Castilleja arvenis* SCHL. et CHAM.)

Zwei Teelöffel der Mischung auf einen Liter Wasser geben; eine Tasse täglich nach jeder Mahlzeit.

Rituelle Verwendung

Aus Mexiko ist bisher kein traditioneller Gebrauch von Damiana bekannt geworden, der sich um die Psychoaktivität gebildet hat.

Im Voodookult, wie er im Süden der USA geübt wird, ist Damiana der Liebesgöttin Erzulie geweiht und wird im Liebeszauber verwendet (MULLEREBELING und RATSCH 1986: 122f.", RIVA 1974).

Der Gebrauch von Damianakraut als Raucherwerk ist sehr wahrscheinlich eine moderne Erfindung. Es wird oft sogenannten Pan-, Venus- oder Liebesraucherungen zugesetzt, denn es gilt auch als Raucherstoff als aphrodisierend. Beim Rauchen hat Damiana einen angenehmen krauterigen, süßen, aber charakteristischen, leicht wiedererkennbaren Wohlgeruch. Er verbindet sich sehr gut mit Copal (Harz von *Protium copal* oder *Bursera* spp.; vgl. *Bursera bipinnata*). Bei den Maja-Indianern gab es einen magischen Brauch mit den Wurzeln der *'Itirnera iilti*-folia, um den Klang der rituell geblasenen Flöten zu verbessern (ARENAS 1987: 287').

Artefakte

In Mexiko werden für den kommerziellen Damianaliquor Flaschen in Frauengestalt produziert, die auf den aphrodisischen Effekt des Getränks hinweisen sollen (RATSCH 1990: 160").

Medizinische Anwendung

In der indianischen Medizin wird Damiana vor allem als Heilmittel bei Asthma verwendet – daher der Maya-Name *knis kok*, »Asthmabesen«, denn damit wird die Krankheit »weggefegt«. Dazu wird das Kraut entweder als Tee getrunken, geraucht oder

geraucht. In Mexiko steht Damiana im Ruf, ein gutes Aphrodisiakum zu sein und wird deshalb »Hemdauszieher« genannt

(ARGUETA V et al. 1994: 566f. In der mexikanischen Volksmedizin trinkt man Damiantee als Diuretikum und zur Regulierung der Periode 15 Tage lang zweimal täglich (Jlu 1966: 256*). Die nordmexikanischen Indianer benutzen das Kraut hauptsächlich bei Muskelschwäche und Nervosität und natürlich als Aphrodisiakum (MARTINEZ 1994: 121*). Damiana wird in Nordmexiko auch zur Behandlung von Magenproblemen, Rheumatismus, Kopfschmerzen und Skorpionstichen benutzt (WOLTERS 1996: 57'). Verschiedene Zubereitungen werden gegen Raucherhusten (vgl. *Nicotiana tabacum*) getrunken (ARGUETA V et al. 1994: 566f.).

Auf den Bahamas wird der Dampf von in Wasser gekochtem Damianakraut bei Kopfschmerzen inhaled (BROWN und MALONE 1978: 12*). Bettnasser trinken drei oder vier Tage hintereinander jeweils am Morgen einen Damiantee, um ihren »Rücken zu stärken« (ELDRIDGE 1975: 3200).

Damiana hat sich in der Phytotherapie vor allem bei der Behandlung von Menstruationsschmerzen und -krämpfen bewährt, da es nicht nur entkrampft, sondern auch stimmungsaufhellend wirkt. Für diesen Zweck kann dem Tee noch Zimtkassie (*Cinnamomum aromaticum* NESS; syn. *Cinnamomum cassia* BL.) zugesetzt werden (LOWRY 1984).

In der Homöopathie wird die Tinktur (Urtinktur) aus den getrockneten Blättern unter dem Namen »Damiana« u.a. als Aphrodisiakum verwendet (SCHNEIDER 1974 III: 3620: »Soll bei sexueller Neurasthenie von Nutzen sein; Impotenz. Sexuelle Schwäche aufgrund nervöser Prostration. Inkontinenz bei alten Menschen. Chronische Prostatorrhoe. Nieren- und Blasenkatarrh; Frigidität bei Frauen. Hilft, einen normalen Menstruationsfluß bei jungen Mädchen herzustellen. – Dosierung. – Tinktur und flüssiger Auszug, Gaben von 10–40 Tropfen.« (BOERICKE 1992: 292*)

Damiana wird auch in zusammengesetzten homöopathischen Mitteln, die u.a. bei sexueller Schwäche eingesetzt werden, verarbeitet. So besteht z.B. »Damiana Pentarkan« aus Damiana, Ginseng (*Panax ginseng*), Muira puama (*Liriosma ovata*), Phosphorsäure und Ambra.

Inhaltsstoffe

Die Damianablätter enthalten 0,2 bis 0,9% ätherisches Öl, 6% hartes, braunes Harz, ca. 8% weiches Harz, 3,5% Tannin und 6% Stärke (BROWN und MALONE 1978: 12*). Nach der Mexikanischen Pharmakopoe enthält das Kraut 8,06% Chlorophyll, weißes Harz und ätherisches Öl, 6,39% hartes, braunes Harz, 3,46% Tannin und 7,08% gelben Farbstoff (MARTÍNEZ 1994: 120*). Nach einer anderen Analyse sind im Kraut 0,51 % ätherisches Öl von grünlicher Farbe, zwei Harze, 0,7% Arbutin, der Bitterstoff

Damianin, Tannin, Zucker und Albuminoide vorhanden (STEINMETZ 1960). Das ätherische Öl besteht aus ca. 20 Stoffen, von denen 1-8-Cineol, α -Pinen, β -Pinen und para-Cymen identifiziert werden konnten (AUTERHOFF und HAUFFEL 1968, ARGUETA V et al. 1994: 566*). Das ätherische Öl besteht etwa zur Hälfte aus Sesquiterpenen (Guajanderivate u.a.), zur anderen Hälfte aus Monoterpenen (Pinen, Thymol); Cineol und para-Cineol konnten nur in einigen Drogenproben nachgewiesen werden (WOLTERS 1996: 59*). Fraglich ist die oft genannte Anwesenheit von Koffein in den Blättern (LARA OCHOA und MARQUEZ ALONSO 1996: 47*, LOWRY 1984: 268). In den Stängeln hingegen konnte Koffein nachgewiesen werden (ARGUETA V et al. 1994: 566*). Das Flavon 5-Hydroxy-7,3,4'-trimethoxyflavon ist aus dem Kraut isoliert worden (DOMÍNGUEZ und HINOJOSA 1976). Ebenso Tetraphyllin B (SPENCER und SEIGLER 1981). Ephedrin ist nicht anwesend.

Die verwandte *Turnera ulmifolia* enthält in den Blättern Procyanidine; in den Samen und Blättern höhere Konzentrationen an Koffein (WOLTERS 1996: 59*).

Wirkung

Beim Rauchen des Krautes tritt eine leichte Euphorie und eine milde, marijuanähnliche Wirkung ein (MILLER 1993: 8*) Das »High« dauert ca. 60 Minuten (LOWRY 1984: 268). Beim Trinken des Tees oder anderer Zubereitungen sind die Wirkungen nur

subtil wahrnehmbar und keineswegs spektakulär. Damiana hat dabei einen Effekt auf den Unterleib, der sich in erhöhtem Blutandrang äußern kann. Frauen berichten immer wieder, daß Damiana eine sehr entspannende Wirkung bei Menstruationskrämpfen oder -schmerzen hat.

Das Kraut gilt allgemein als tonisierend, diuretisch, stimulierend und aphrodisierend¹ j. In einem Test verschiedener, angeblich aphrodisischer Pflanzen und Naturdrogen hat Damiana als bestes Mittel abgeschnitten (RADAKOVICH 1992: 32). Ein Ethanolextrakt hat auf *Staphylococcus aureus* und *Bacillus subtilis* antibiotische Wirkungen (ARGUETA V et al. 1994: 566*). Jiu (1966: 257*) konnte eine ZNS-Wirkung feststellen.

Marktformen und Vorschriften

Das frei verkaufliche Damiana ist über den Apotheken- oder Kräuterhandel erhältlich (*Damiana folium conc., Herbae Damianae*). In den USA werden Tinkturen und Extrakte aus Damiana in *Health Food Stores* und Supermärkten verkauft. In Europa ist auch eine Damianatinktur erhältlich. Damianaextrakte und -tropfen werden in Sexshops verkauft.

Mitunter wird eine »Damianaessenz« angeboten, dabei handelt es sich aber um das ätherische Davanaöl, das von anderen Stammpflanzen (z.B. von *Artemisia pallens*, vgl. *Artemisia* spp.) stammt. Unter dem Namen Damiana werden auch die

Rohdrogen von *Turnera ulmifolia*, *Haplopappus* spp. und *Chrysactinia mexicana* verkauft.

Literatur

- AUTERHOFF, H. und H.P. HAUFFEL.
1968 »Inhaltsstoffe der Damiana-Droge«, *Archiv für Pharmazie* 30: 537-544.
- DER MARDEROSSIAN, Ara H. et al.
1977 »Pharmacognosy; Medicinal Teas - Boon or Bane«, *Drug Therapy* 7: 178-186.
- DOMÍNGUEZ, X.A. und M. HINOJOSA
1976 »Mexican Medicinal Plants. XXVIII: Isolation of 5-Hydroxy-7,3,4'-trimethoxy-flavone from *Turnera diffusa*«, *Planta Medica* 30(68): 68.
- FRYER, F.A.
1965 »A Chemical Investigation of Damiana (*Turnera diffusa*)«, *Specialities* 1(12): 21.
- LOPE, Vergara
1906 »Damiana«, *Anales del Instituto Médico Nacional* 8: 238.
- LOWRY, Thomas P.
1984 »Damiana«, *Journal of Psychoactive Drugs* 16(3): 267-268.
- RADAKOVICH, Anka
1992 »Love Drugs«, *Details* 8/92: 32-33.
- RAMÍREZ, Iose
1903 »La dalmiana (*Turnera diffusa apollodisiaca*)«, *Anales del Instituto Médico Nacional* 5: 238.

RIVA, Anna

1974 *Voodoo Handbook of Gilt Secrets*, Toluca Lake,

CA: Occult Books.

Ruiz, Luis E.

1906 »Damiana«, *Alboles del Instituto Medico Nacional* 8: 87.

SPENCER, K.C. und D.S. SEIGLER

1981 »Tetraphyllin B from *Turnera diffusa*«, *Planta*

Medica 43: 175-178.

STEINMETZ, E.F.

1960 »Damiana folia«, *Acta Phyto Therapeutica* 7(1): 1-2 .

ZUBKE, Achim

1998 »Damiana, das sanfte Aphrodisiakum«,

Heilpflanzen 5(44): 8-10.