

Melissae folium (++)

Anwendung

Innere Anwendung: bei nervöser Unruhe, Einschlafstörungen (Förderung der Schlafbereitschaft), funktionellen Magen-Darm-Beschwerden mit Meteorismus. Eine Kombination mit anderen sedierend wirkenden Drogen erscheint sinnvoll. Äußerliche Anwendung bei Herpes labiales.

Volksmedizin: innerlich bei Nervenleiden, Unterleibserkrankungen und Magenerkrankungen auf nervöser Basis, bei "Hysterie" und "Melancholie", chronischen Bronchialkatarrhen, nervösem Herzklopfen und Erbrechen, Migräne, Nervenschwäche sowie Zahn-, Ohr-, und Kopfschmerzen, auch bei hohem Blutdruck (Abkochungen aus blühenden Spitzen). Äußerlich bei Rheuma, Nervenschmerzen und steifem Nacken (Umschlag). Diese Anwendungen sind wissenschaftlich nicht belegt.

Homöopathie: bei Regelstörungen.

Sonstige Verwendung

Haushalt: frische Blätter als Gewürz in Salaten und Soßen.

Dosierung

Tee/Aufguss: Tagesdosis: 1,5-4,5 g Droge. (3-7 TL) auf 150 ml 10-15 min ziehen lassen, mehrmals täglich eine Tasse.

Bei Kombination wird in der Regel Trockenextrakt mit einem Droge-Extrakt-Verhältnis von 4-6:1 (Auszugsmittel: Ethanol 30 Vol.- % oder gereinigtes Wasser) verwendet.

Homöopathisch: 5 Tropfen oder 1 Tablette oder 10 Globuli oder 1 Messerspitze Verreibung alle 30-60 min (akut) und 1-3-mal täglich (chronisch); parenteral: 1-2 ml s. c. akut: 3-mal täglich; chronisch einmal täglich (HAB34).

Wirkmechanismen

Präklinik: In vitro zeigt die Ätherischöl-, Gerbstoff- und Phenolcarbonsäure-haltige Droge eine antibakterielle, antivirale, antioxidative und antihormonale Wirkung.

Im Tierversuch ließ sich eine choleretische und antiluzerogene Wirkung nachweisen.

Weiterhin existieren diverse tierexperimentelle Daten, die die beruhigende/karminative Wirkung von Melisse belegen. Ein ausgeprägter sedativer Effekt wurde durch eine Herabsetzung der Spontanmotilität von Mäusen durch orale Applikation von Melissenöl gezeigt. Citronellal und Citronellol wirken in gleicher Dosierung stärker als das Gesamtöl (Wagner und Sprinkmeyer 1973). Desweiteren reduzierte ein hydroalkoholischer Extrakt das Aufricht-Verhalten von Mäusen und senkte die Lokomotionsaktivität (Soulamani et al. 1991).

Die spasmolytische Wirkung von Melissenöl konnte an Ileum- und Trachea-Präparaten von Meerschweinchen nachgewiesen werden. Dabei waren die Inhaltsstoffe Eugenolacetat und Eugenol besonders wirksam (Brandt 1988, Reiter und Brandt 1985, Wagner und Sprinkmeyer 1973).

Im Tierversuch hat sich nach oraler Applikation von Melissenöl eine signifikante Verlängerung der Hexobarbital-induzierten Schlafzeit bei Mäusen gezeigt (Wagner und Sprinkmeyer 1973).

Hydroalkoholischer Melissenextrakt führte bei Mäusen zu einer hochsignifikanten Verlängerung der Pentobarbital-Schlafzeit (Soulamani et al. 1991).

Klinik: In einer Placebo-kontrollierten multizentrischen Doppelblindstudie (68 Patienten mit leichteren behandlungsbedürftigen Insomnien) wurde die therapeutische Wirksamkeit einer standardisierten Kombination aus Baldrian und Melisse untersucht. Schlafqualität, Tagesbefinden und klinischer Gesamteindruck verbesserten sich signifikant unter Verum gegenüber Placebo (Dressing et al. 1996).

Im Rahmen einer therapiebegleitenden Anwendungsbeobachtung wurden 2395 Patienten mit akuten bis

subakuten psychophysischen Befindensstörungen mit einem Kombinationspräparat aus Baldrian und Melisse behandelt. Alle psychophysischen Befindlichkeitsstörungen besserten sich bereits nach Behandlungsbeginn und zwischen 62 % und 74 % der Betroffenen waren nach Ende der Behandlung mit dem Baldrian-Melisse-Kombinationspräparat in Bezug auf die anfänglich vorhandenen psychovegetativen Symptome beschwerdefrei (Maisenbacher und Podzuweit 1992).

Die Wirksamkeit und Verträglichkeit eines Baldrian, Hopfen und Melisse enthaltenden Phytotherapeutikums wurde in einer offenen, multizentrischen Studie an 225 Patienten mit Einschlafstörungen, Durchschlafstörungen und/oder nervösen Erregungszuständen untersucht. Sowohl die nervöse Unruhe, die den Schlafstörungen zugrunde lag, als auch die Schlafstörungen selbst wurden signifikant vermindert (Orth-Wagner et al. 1995). Auch eine neuere multizentrische Placebo-kontrollierte Doppelblindstudie mit einem Präparat aus Melisse und Baldrian bestätigt diese Ergebnisse: das Kombinationspräparat erhöhte die Schlafqualität gegenüber Placebo signifikant (Cerny und Schmid 1999).

Bei der äußerlichen Behandlung von Herpes labialis hat eine randomisierte Placebo-kontrollierte Doppelblindstudie die Überlegenheit eines Melissenextraktes gegenüber Placebo nachweisen können (Koytchev et al. 1999).

Anwendungsbeschränkung

Risiken der bestimmungsgemäßen Anwendung therapeutischer Dosen der Droge und Nebenwirkungen sind nicht bekannt.

Charakteristik

Melissenblätter bestehen aus den frischen oder getrockneten Laubblättern von *Melissa officinalis* L. sowie deren Zubereitungen.

Herkunft

Bulgarien, Deutschland und Rumänien.

Gewinnung

Die Blätter werden vor der Blüte bzw. vor zu starker Verzweigung gesammelt. Das geschnittene Material wird gehäckselt sowie Blätter und Stengel getrennt, anschließend erfolgt eine rasche Trocknung bei Temperaturen zwischen 30-40°C.

Formen

Ganz-, Schnitt- und Pulverdroge.

Verfälschungen und Verwechslungen

Kommen selten vor, da die Droge aus Kulturen stammt; Verwechslungen mit *Nepeta cataria* L. var. *citriodora* (Zitronenkatzenminze) möglich.

Zubereitung

Tee: 1,5-4,5g Droge mit einer Tasse heißem Wasser übergießen, 10min stehenlassen und durch ein Teesieb abgießen.

Identität

Anhand des ätherischen Öls mit der DC-Methode prüfbar (DAB10).

Reinheit

Fremde Bestandteile: max. 3% (DAB10).

Trocknungsverlust: max. 12% (DAB10).
Asche: max. 12% (DAB10).
Säureunlösliche Asche: max. 1% (ÖAB90).
Sulfatasche: max. 17% (HelvVII).

Gehalt und Gehaltsbestimmung

Ätherisches Öl: mind. 0,05% (V/m) (DAB10), zur Bestimmung wird die Rundlaufwasserdestillation genutzt (PhEUR); Citral-, Citronellal- und Gesamtaldehydgehalt wird mit der DC-Methode bestimmt (Kloeti F; Fresenius Z AnalChem321; 1985).

Lagerung

In gut verschlossenen Gefäßen, vor Licht und Feuchtigkeit geschützt, nicht in Kunststoffgefäßen aufbewahren. Bei vorschriftsgemäßer Lagerung beträgt die Haltbarkeit 1 Jahr.

Art der Fertigarzneimittel

Pflanzensaft und Cremes sowie eine große Anzahl von Kombinationspräparaten.

Substanzen

- Ätherisches Öl (0,02 bis 0,8%): Hauptkomponenten Geranial (Citral a), Neral (Citral b) (Anteil Citrale zusammen 40 bis 70%), Citronellal (Anteil 1 bis 20%, Citrale und Citronellal zusammen 40 bis 75%, Geruchsträger), weiterhin u.a. Linalool (Anteil 0,5 bis 3%), Geraniol (Anteil 1 bis 3%), Geranylacetat (Anteil 1 bis 6%), Methylcitronellat (Anteil ca. 5%), trans-beta-Ocimen (Anteil ca. 2%), cis-beta-Ocimen (Anteil ca. 1%), 1-Octen-3-ol (Anteil ca. 2%), 6-Methyl-5-hepten-2-on (Anteil 1 bis 9%), beta-Caryophyllen (Anteil 1 bis 12%), Caryophyllenepoxid (Anteil 0,5 bis 9%), Germacren D (Anteil 5 bis 15%)
- Glykoside der alkoholischen oder phenolischen Komponenten des ätherischen Öls, z.B. Eugenolglucosid
- Kaffeesäurederivate: Rosmarinsäure (bis zu 0,5 bis 4,7%)
- Flavonoide (0,003%): u.a. Cynarosid, Cosmosiin, Rhamnocitrin, Isoquercitrin
- Triterpensäuren: u.a. Ursolsäure (0,26%)

Wegen des geringen Gehaltes an ätherischem Öl und seiner großen Flüchtigkeit, ist nur sehr frische Droge (höchstens 6 Monate alt) als Sedativum geeignet, die Forderungen der deutschsprachigen Arzneibücher tragen diesem Umstand nicht Rechnung (keine Gehaltsforderung!).

Anwendung in Lebensmitteln

M. officinalis wird häufig als Küchenkraut in Salaten, Desserts und Soßen verwendet und ist Inhaltsstoff einer Reihe kommerzieller Produkte wie Backwaren, tiefgekühlte Molkereiprodukte, alkoholische und alkoholfreie Getränke. Eine alkoholhaltige Arznei (Melissengeist), die im 17ten Jahrhundert in einem französischen Karmeliterinnenkloster erfunden wurde, wird heute noch rezeptfrei als beliebtes Allheilmittel in Apotheken und Drogerien angeboten. Die Pflanze wirkt sedativ, karminativ, choleretisch, antioxidativ, antibakteriell, antiviral und antihormonal und besitzt somit ein großes Potential bezüglich einer möglichen Verwendung in speziellen Diätprodukten.

Synonyme

Folia Melissae citratae
Folium Citronellae
Folium Melissae

Volkstümliche Namen

Balm gentle (eng.)
balm leaves (eng.)
balm mint (eng.)
Feuille de mélisse (frz.)
Foglia di melissa (it.)
Frauenkraut (dt.)
Herzkraut (dt.)
Hojas de torongil (it.)
honey plant (eng.)
lemon balm (eng.)
melissa (it.)
mélisse officinale (frz.)
sweet balm (eng.)
Zitronenkraut (dt.)
Zitronenmelisse (dt.)

Indikationen

Ein- und Durchschlafstörungen (ICD-10, G 47.0)
Frauenleiden (Hom.)
Kopfschmerzen (Andere)
Nervosität (ICD-10, R 45.0)
Nervosität und Schlaflosigkeit (Komm. E, +)
nichtorganische Insomnie (ICD-10, F 51)
Rheuma (Andere)
Ruhelosigkeit und Erregung (ICD-10, R 45.1)
Schmerzen (Andere)

Sicherheit

Keine Risiken bei bestimmungsgemäßer Anwendung therapeutischer Dosen.

Komm. E Monographien

Melissae folium
BAnz-Datum 05.12.84
Kommission E
BAnz-Nr. 228
ATC-Code: N05CO

Monographie: Melissae folium (Melissenblätter)

Bezeichnung des Arzneimittels
Melissae folium, Melissenblätter

Bestandteile des Arzneimittels

Melissenblätter, bestehend aus den frischen oder getrockneten Laubblättern von *Melissa officinalis* LINNÉ sowie deren Zubereitungen in wirksamer Dosierung. Die Blätter enthalten mindestens 0,05 Prozent (V/G) ätherisches Öl, bezogen auf die getrocknete Droge. Hauptbestandteile des ätherischen Öls sind: Citronellal, Citral a, Citral b sowie weitere Mono- und Sesquiterpene. Weiter sind in den Blättern enthalten: Lamiaceen-Gerbstoffe, Triterpensäuren, Bitterstoffe und Flavonoide.

Anwendungsgebiete

Nervös bedingte Einschlafstörungen. Funktionelle Magen-Darm-Beschwerden.

Gegenanzeigen

Keine bekannt.

Nebenwirkungen

Keine bekannt.

Wechselwirkungen

Keine bekannt.

Dosierung

Soweit nicht anders verordnet:

1,5-4,5 g Droge auf eine Tasse als Aufguß mehrmals täglich nach Bedarf.

Art der Anwendung

Geschnittene Droge, Drogenpulver, Flüssig-Extrakt oder Trocken-Extrakt für Aufgüsse und andere galenische Zubereitungen. Flüssige und feste Darreichungsformen zur innerlichen und äußerlichen Anwendung.

Hinweis

Kombinationen mit anderen beruhigend und/oder karminativ wirksamen Drogen können sinnvoll sein.

Wirkungen

Beruhigend, karminativ.

Berichtigung 13.3.90

Fixe Komb. aus Baldrianwurzel, Hopfenzapfen und Melissenblätter

Bundesanzeiger Nr. 85 vom 08.05.1991

Bezeichnung des Arzneimittels:

Fixe Kombinationen aus Baldrianwurzel, Hopfenzapfen und Melissenblättern

Bestandteile des Arzneimittels:

Fixe Kombinationen, bestehend aus

Baldrianwurzel, entsprechend BAnz. Nr. 90 vom 15.5.1985,

Hopfenzapfen, entsprechend BAnz. Nr. 228 vom 05.12.1984,

Melissenblätter, entsprechend BAnz. Nr. 228 vom 05.12.1984,

sowie deren bekannte Zubereitungen in wirksamer Dosierung.

Anwendungsgebiete:

Nervös bedingte Einschlafstörungen, Unruhezustände.

Gegenanzeigen:

Keine bekannt.

Nebenwirkungen:

Keine bekannt.

Wechselwirkungen mit anderen Mitteln:

Keine bekannt.

Dosierung:

Soweit nicht anders verordnet:

Bei einer Kombination zweier Bestandteile aus den oben angegebenen drei möglichen müssen die einzelnen Kombinationspartner in einer Menge enthalten sein, die jeweils 50 bis 75 % der in den Monographien der Einzelstoffe angegebenen Tagesdosis entspricht. Bei der Kombination aller drei Bestandteile müssen die einzelnen Kombinationspartner in einer Menge enthalten sein, die jeweils 30 bis 50 % der in den Monographien der Einzelstoffe angegebenen Tagesdosis entspricht.

Art der Anwendung:

Zerkleinerte Droge für Aufgüsse sowie andere galenische Zubereitungen zum Einnehmen.

Wirkungen:

Für Zubereitungen aus Baldrianwurzel, Hopfenzapfen und Melissenblättern ist eine beruhigende, schlaffördernde Wirkung belegt. Pharmakologische Untersuchungen der Kombination ergaben Hinweise auf eine beruhigende und schlaffördernde Wirkung.

Auswirkungen auf Kraftfahrer und die Bedienung von Maschinen:

Arzneimittel mit schlaffördernder Wirkung können grundsätzlich auch bei bestimmungsgemäßigem Gebrauch das Reaktionsvermögen soweit verändern, daß die Fähigkeit zur aktiven Teilnahme am Straßenverkehr oder zum Bedienen von Maschinen beeinträchtigt wird. Dies gilt im verstärkten Maße im Zusammenwirken mit Alkohol.

Wirksamkeit

Die Kommission E (1984, 1990) empfiehlt Melissenblätter zur Behandlung bei nervös bedingten Einschlafstörungen und funktionellen Magen-Darm-Beschwerden. Von ESCOP (März 1996) wurden folgende Indikationen als positiv bewertet: innerlich bei Nervosität, Rastlosigkeit und Erregbarkeit sowie zur symptomatischen Behandlung von Verdauungsstörungen wie leichten Krämpfen; äußerlich bei Herpes labialis.