

VERÖFFENTLICHT IN HEFTARCHIV - HEFT 02/2012

Affalter, Affolter, Albranken, Birnäpsel, Bocksbutter, Donnerbesen, Drudenfuss, Geisskraut, Heil aller Schäden, Heiligkreuzholz, Hexenbesen, Hexenchrut, Hexennest, Immergrün, Kenster, Kinster, Kluster, Knästerholz, Kreuzholz, Laubholz-Mistel, Leimmistel, Marenklatte, Marenstocken, Marentaken, Mischgle, Mischgelt, Misple, Mistelsenker, Nistel, Offölderholz, Vogelchrut, Vogelklab, Vogelleimholz, Vogellim, Vogelmistel, Wespe, Wintergrün, Wintersamen, Wispel, Wispen

Der botanische Name der artenreichen Gattung ist *Viscum* (lat. für Leim oder Klebstoff). Von den Römern wurde aus den klebrigen Beeren ein Leim hergestellt, der für das Fangen von Vögeln verwendet wurde. Von diesem lateinischen Wort leitet sich auch der Begriff „Viskosität“ als ein Maß für die Zähflüssigkeit einer Flüssigkeit her. Er geht auf den klebrigen Schleim der Mistelbeeren (Mistelleim) zurück und bedeutet also wörtlich „Misteligkeit“ oder „Leimigkeit“.



Nach dem Vorkommen auf unterschiedlichen Wirtsbäumen werden innerhalb der Art *Viscum album* (Weißbeerige Mistel) mehrere Unterarten unterschieden:

- Laubholz-Mistel – z.B. auf Pappeln, Weiden, Apfelbäumen, Weißdorn, Birken, Haseln, Robinien, Linden, Ahornbäumen, Hainbuche u.a. (nicht aber auf Rotbuche)
- Tannen-Mistel – auf Weißtannen
- Kiefern-Mistel – auf Kiefern, selten auf Fichten

Woran erkennt man Mistel?

Die Weißbeerige Mistel ist ein immergrüner Halbschmarotzer, der auf den Ästen von Laubbäumen sitzt und Wasser und darin gelöste Mineralsalze aus deren Holzteil entzieht. Im Laufe der Jahre wachsen Misteln häufig zu kugeligen Büscheln heran, die bis zu einem Meter Durchmesser erreichen können. An den Enden der gleichmäßig gabelig verzweigten Sprosse der Mistel sitzen die lederigen Blätter, die mehr- oder einjährig sein können. Die eingeschlechtlichen unscheinbaren Blüten sitzen in der Gabel zwischen den Zweigen. Die Früchte der Weißen Mistel sind weiße, ein- bis zweisamige runde Scheinbeeren. Je Samen bilden sich bis zu vier grüne Embryonen aus. Die Samen sind von einem zähen, schleimig klebrigen Fruchtfleisch umgeben, wodurch die Verbreitung der Mistel durch Vögel (Verdauungsverbreitung) ermöglicht wird. Die Blütezeit der Weißen Mistel ist von Juni bis September.



Wo findet man Mistel?

Sie ist ein Halbschmarotzer, der auf Bäumen wächst, wobei er bestimmte Arten bevorzugt.

Bäume, die von vielen Misteln bewachsen sind, leiden darunter und sterben schließlich ab. Aber die Misteln wachsen langsam und vereinzelt. Misteln können einem großen Baum nicht viel anhaben.

Man findet sie weltweit in den tropischen, subtropischen und gemäßigten Zonen. Die Anzahl ihrer anerkannten Arten ist umstritten und schwankt je nach botanischer Familienabgrenzung zwischen 400 und 1400.

Achtung!

Die Mistel ist in Deutschland geschützt und darf nicht gesammelt werden!

Wie wirkt Mistel?

In der modernen Pflanzenheilkunde wird sie gegen Bluthochdruck und Krebs eingesetzt. In der alternativen Medizin wird der Mistel eine antikanzerogene Wirkung nachgesagt, es gibt allerdings auch zahlreiche Studien, in denen dies nicht bestätigt werden konnte. In niedriger Konzentration injizierte Mistelzubereitungen (insbesondere die Lektine und Viscotoxine) zeigen immunstimulierende Effekte, bei höheren Konzentrationen überwiegen die zytotoxischen Antitumoraktivitäten. In einigen klinischen Studien konnte ein statistisch signifikanter Nutzen bei der Behandlung von malignen metastasierenden Tumoren gezeigt werden. Die blutdrucksenkenden Eigenschaften werden kontrovers diskutiert; die Beweise für den Nutzen einer oralen Misteltherapie sind nicht überzeugend.



Wissenschaftlich belegt ist die Anwendung bei degenerativ-entzündlichen Gelenkerkrankungen (durch Auslösung kutivisceraler Reflexe nach Setzen lokaler Entzündungen durch intrakutane Injektionen [Quaddelung]) und als Palliativtherapie im Sinne einer unspezifischen Reiztherapie bei malignen (bösartigen) Tumoren. In der Regel gilt dabei, dass niedrige Konzentrationen per Injektion verabreichter Mistelzubereitungen eher unspezifisch immunstimulierend wirken und bei höheren Konzentrationen eine Antitumoraktivität überwiegt.

Anwendungsgebiete

- zur Langzeitbehandlung von Hypertonie
- Prophylaxe der Arteriosklerose
- in der Volksheilkunde auch bei Epilepsie, Keuchhusten, Asthma, Schwindelanfällen, Amenorrhö, Durchfällen, Chorea, Hysterie und Nervosität
- zur Segmenttherapie bei degenerativ entzündlichen Gelenkerkrankungen
- zur Palliativtherapie bei malignen Tumoren
- in der anthroposophisch orientierten Medizin werden Mistelpräparate bei gut- und bösartigen Geschwulstkrankungen, bei gut- und bösartigen Erkrankungen und begleitenden Störungen der blutbildenden Organe, zur Anregung der Knochenmarksfunktion, zur Vorbeugung gegen Tumorrezipide, bei definierten Präcancerosen sowie chronischen Erkrankungen wie Morbus Crohn und chronischen Gelenkerkrankungen verwendet

Vorsicht!

Vor allem die Beeren der Mistel sind leicht giftig. Kinder sollten vor deren Verzehr gewarnt werden.

Unerwünschte Wirkungen bei der Anwendung der Mistel können sein:

Schüttelfrost, hohes Fieber, Kopfschmerzen, pektanginöse Beschwerden, orthostatische Kreislaufstörungen,

Vor einem der Beulen der Mistel sind leuchtend grüne, runde Säften vor diesem Vorleben gewahrbar.

Unerwünschte Wirkungen bei der Anwendung der Mistel können sein:

Schüttelfrost, hohes Fieber, Kopfschmerzen, pektanginöse Beschwerden, orthostatische Kreislaufstörungen, allergische Reaktionen

Welche Wirkstoffe enthält Mistel?

Zu den wichtigsten wirksamkeitsbestimmenden Inhaltsstoffen in Mistelkraut zählen die sogenannten Lektine, genauer gesagt die Mistellektine I-III. Es handelt sich dabei um Glykoproteine, die spezifisch an Zucker und verschiedene Zelloberflächen binden können. Daneben kommen stark basische Viscotoxine in sechs Isoformen vor sowie Flavonoide, Lignane, biogene Amine (Tyramin), Polysaccharide und kleine Mengen an Triterpenen wie Amyrin, Betulinsäure, Oleanolsäure und Ursolsäure. Weitere Inhaltsstoffe sind Bitterstoffe, Harz, Histamin, Inositol, Pyridin, Saponine, Schleimstoffe, Viscalbin, Viscin, Xanthophyll und Zink.

Welche Teile der Pflanze werden verwendet?

- *Visci albi herba* (syn. *Herba Albi visci*, *Herba Visci*, *Herba visci albi*, *Visci herba*); Mistelkraut, die vor der Fruchtbildung gesammelten Blätter und Zweige, die getrocknet werden.
- *Visci albi herba recens* (syn. *Herba Visci albi recens*); Frisches Mistelkraut, das zu genau vorgegebenen Jahreszeiten, meistens im Sommer oder Winter, von vorgegebenen Wirtspflanzen geerntete frische Kraut.

Misteltee zur innerlichen Anwendung wird immer als Kaltauszug angesetzt. Dabei werden 2 Esslöffel getrocknetes Mistelkraut in einem Liter kaltem Wasser angesetzt. Im kalten Wasser lösen sich die schwach giftigen Stoffe (z.B. die Glykoside Viscalbin und Viscotoxin) nicht auf und daher ist der Kaltauszug der Mistel ungiftig. Auch kann man davon ausgehen, dass die Heilwirkung der Mistel durch Erwärmen gemindert wird.

Derselbe Tee kann auch zur äußerlichen Anwendung benutzt werden für Umschläge bei Krampfadern und Geschwüren der Beine.



Dr. rer. nat. Frank Herfurth

Heilpraktiker, Dozent, Lebensmittelchemiker

fh@herfurth.org