

Die Alleskönnerin

Marion Kaden | Ausgabe 9 - 2008

Den Wirkstoffen der Weide verdankt das Aspirin seinen Erfolg. Weidenrindenpräparate wirken gegen Schmerzen, Fieber und Entzündungen und helfen bei Rheuma – mit geringen Nebenwirkungen.



Weiden sind vielgestaltige Pflanzen, nicht nur botanisch, sondern auch von ihren Wirkstoffen her. Sie sind zudem ein Beispiel dafür, wie die Pharmakologie das Bouquet der vielen Inhaltsstoffe einer Heilpflanze auf einen analytisch beschreibbaren Hauptwirkstoff reduziert hat. In diesem Fall auf die Salicylsäure. Diese wird seit Mitte des 19. Jahrhunderts synthetisch in chemisch veränderter Form als Acetylsalicylsäure mit einer Jahresproduktion von rund 50000 Tonnen weltweit massenhaft hergestellt. Acetylsalicylsäure gilt als

Universalmittel gegen Schmerzen und Fieber. Wie sie tatsächlich wirkt, bleibt jedoch weiterhin ein Geheimnis. Trotzdem ist ihre Wirksamkeit wissenschaftlich anerkannt. Doch bei der Synthese von Acetylsalicylsäure wurde Wesentliches in der Heilpflanze zurückgelassen: die Freiheit von Nebenwirkungen.

Kühlende Signatur

Selten gibt es Phytopharmaka, die in ihrer medizinischen Anwendbarkeit gleich drei Wirkformen auf sich vereinen. Weidenrinde jedoch enthält fiebersenkende, entzündungshemmende und schmerzlindernde Wirkstoffe.

In der Naturheilkunde werden verschiedene Weidenarten verwendet, die als Hauptinhaltsstoffe sogenannte Salicylalkoholglykoside aufweisen.

Die alten Ägypter haben der Nachwelt hieroglyphisch erste Weidenrezepturen gegen schmerzhaftes Wunden, Entzündungen und Schwellungen hinterlassen. Der griechische Arzt Hippokrates (460 bis 377 vor Christus) empfahl Weidenaufgüsse gegen Fieber oder Gelenkentzündungen. Dioskurides, griechischer Arzt und Pharmakologe des 1. Jahrhunderts, hatte eine adstringierende Wirkung beobachtet und verordnete Weide in pulverisierter oder wässriger Form gegen Blutspeien, Ohren- oder Augenleiden. Von den Germanen und Kelten berichteten römische Geschichtsschreiber, dass sie Weidezweige auskochten. Die wässrigen Auszüge wurden getrunken oder als Umschläge gegen schmerzende Glieder oder schlecht heilende Wunden eingesetzt.



Paracelsus gilt als Vater der Signaturenlehre. Seine grundlegende Idee war, dass Gott dem Menschen für jede Erkrankung auch eine Heilpflanze zur Verfügung stelle. Der Mensch müsse nur deren Zeichen (Signatur) erkennen. Also versuchte er bei seinen Betrachtungen von den Entsprechungen äusserer Eigenschaften der Pflanzen, wie der Gestalt oder der Farbe, auf deren mögliche Arzneiwirkungen zu schliessen. Im Sinne Paracelsus' kann also gesagt werden: Gott lässt die Weiden als Heilmittel neben der Quelle des Übels wachsen, denn schliesslich gedeihen sie am Ufer von Gewässern, deren feuchtes Klima Rheumatismus entstehen lässt.

Kaum eine andere Pflanze benötigt Wasser so zum Überleben wie die Weide. Im Mittelalter wurde sie deshalb gegen «nasse Füsse», also Erkältungskrankheiten, verabreicht. Der Theologe und Naturforscher Albertus Magnus (um 1200 nach Christus) sah zudem die Möglichkeit, mit Weidenpräparaten überbordende Sexualtriebe abzukühlen.

Botanik der Weiden

Die Familie der Weidengewächse (Salicaceae) umfasst weltweit etwa 300 bis 500 Arten. Weiden wachsen als Bäume oder Sträucher; einzelne alpine Arten kommen als winzige Zwergsträucher vor. Genauso vielfältig wie in den Wuchsformen zeigen sie sich bei der Gestalt ihrer Blätter. Diese können rund, schmal oder lanzettförmig ausgebildet sein. Manchmal haben selbst Experten Schwierigkeiten bei der Bestimmung der einzelnen Arten, weil sich leicht Bastarde entwickeln. Die einzige Gemeinsamkeit in der grossen Familie ist die Vorliebe für feuchten Untergrund. Die Pflanze ist in Europa, Asien und Nordamerika ansässig.

Feuerlöscher für die Gelenke

Wasser ist seit jeher auch das bildhafte Element für menschliche Gefühle; man denke an den Ausspruch, jemand habe nahe am Wasser gebaut. In der Gefühlswelt ist der Schmerz eine eindrückliche, bedrohende, warnende Sinnesempfindung, die im Falle von Rheumatismus

als chronisches Entzündungszeichen die Lebensqualität stark einschränken kann. Der Römer Aulus Cornelius Celsus (25 vor Christus) beschrieb als Erster die noch heute gültigen Zeichen der Entzündung, unter denen Rheumatiker leiden: Calor (Hitze), Rubor (Hautrötung), Tumor (Schwellung) und Dolor (Schmerz).

Die Wirkstoffe der wasserliebenden Weide sollen nun im Sinne Celsus' helfen, rheumatische Entzündungen aus den Gelenken zu vertreiben: Wie die Feuerwehr löscht sie das Feuer in den Gelenken. Die Weidenwirkstoffe machen Gelenke wieder funktionsfähig – den biegsamen Weidenzweigen gleich –, indem Wasseransammlungen des Körpers (Ödeme) reguliert und die entzündlichen Schwellungen aufgelöst oder abgemildert werden. Das Gleiche passiert mit dem Schmerz, der nun seine Warnfunktion verlieren kann. Die traditionelle Volksmedizin setzte die Heilpflanze bis ins 18. Jahrhundert hinein breit ein.



Universalmittel Aspirin

Dank neuen naturwissenschaftlichen Erkenntnissen und verbesserten Analysetechniken entdeckten Chemiker zu Beginn des 19. Jahrhunderts einen besonderen Wirkstoff der Weidenrinde und isolierten ihn: Salicin. Schnell zeigte sich, dass dieser Wirkstoff als Schmerzmittel keinen Erfolg haben konnte. Zum einen war er stark brechreizerregend, zum anderen zeichnete sich bald eine Rohstoffknappheit ab, denn Weidenzweige dienten damals vorwiegend zur Herstellung von Flechtwaren wie Körben oder wurden beim Bau von Fachwerk verwendet.

Dem deutschen Chemiker Hermann Kolbe (1818 bis 1884) gelang ein Ausweg. Er schaffte die elektrolytische Herstellung von Salicylsäure und schuf dadurch die Möglichkeit einer kostengünstigen synthetischen Herstellung des Wirkstoffs. Doch auch dessen Nebenwirkungen wie Magenschädigungen, Blutungen erwiesen sich als untragbar. Erst als es dem deutschen Chemiker Felix Hoffmann 1897 gelang, die Salicylsäure in Acetylsalicylsäure (ASS) umzuwandeln – und damit die schweren Nebenwirkungen

abzumildern – und diese in Reinsynthese herzustellen, war der Siegeszug des extrahierten Weidenwirkstoffs unter dem Namen Aspirin nicht mehr aufzuhalten.

Heute werden ASS-Präparate als Universalmittel zur Schmerzlinderung, bei vorübergehenden Unpässlichkeiten, Kopfweg oder bei Fieber eingenommen. Sie sind rezeptfrei zur Selbstmedikation verfügbar. ASS-Präparate sind aber auch Teil der medizinischen Behandlung chronisch schmerzhafter Erkrankungen des Bewegungsapparates oder werden langfristig als Blutverdünner zur Vorbeugung von Zweitinfarkten des Herzens eingenommen. Ärztlich verordnet wird Acetylsalicylsäure auch bei rheumatischen Erkrankungen, bei degenerativen oder entzündlichen Gelenkerkrankungen wie Arthrose und chronischer Polyarthrit, bei Wirbelsäulen- (Morbus Bechterew) oder weichteilrheumatischen Erkrankungen (Fibromyalgie).

Schmerzlinderung bei Rheuma

In der Schweiz gibt es über 1,5 Millionen Betroffene, die an rheumatischen Krankheiten leiden – etwa 300000 davon leiden schwer. Eine kausale Heilung ist heute trotz intensiver Forschung immer noch ausgeschlossen. Rheumatiker erhalten individuelle symptomatische Therapien, da sich die Erkrankung sehr unterschiedlich darstellt. Rheumainitiativen empfehlen eine möglichst frühe Therapie, um so die Chance auf ein normales Leben zu erhöhen. Grundsätzlich wird zwischen einer Akuttherapie (schmerzlindernde, entzündungshemmende Medikation) und einer Langzeit- oder Basistherapie (Entzündungsprozesse zum Beispiel mit Immunsuppressiva langfristig stoppen) unterschieden.

In milderen Fällen wird meistens auf nichtsterodiale Antirheumatika (NSAR) gesetzt, die Entzündungen und Schmerzen hemmen. Ihr grosser Nachteil: Sie greifen die Magen-Darm-Schleimhaut an, können die Nieren schädigen und den Blutdruck erhöhen. Eine neue Generation der NSAR, die sogenannten Cox-2-Hemmer, sind zwar magenschonender, dafür erhöhen sie das Herz-infarkt- und Schlaganfallrisiko und sind weitgehend wieder vom Markt genommen worden. Auch Acetylsalicylsäure wird in der Rheumatherapie verschrieben. Der isolierte Wirkstoff greift bei langfristiger Anwendung aber ebenfalls die Magenschleimhaut an.



Für Menschen mit leichten bis mittelschweren rheumatischen oder Gelenk-Beschwerden besteht die Möglichkeit, auf Weidenrindenextrakte auszuweichen. So empfiehlt dies beispielsweise die European Scientific Cooperative on Phytotherapy. Als Tagesdosis werden 240 Milligramm Salicin pro Tag vorgeschlagen. Sie ist damit höher als die Empfehlung des deutschen Bundesamts für Gesundheit, die bei Extrakten bei maximal 120 Milligramm liegt.

Im Unterschied zu den synthetischen nichtsteroidalen Antirheumatika besitzt der Weidenrindenextrakt ein breiteres Wirkungsspektrum bei geringeren Neben- oder Wechselwirkungen. Es wirkt antientzündlich und hemmt unter anderem das Enzym Cyclooxygenase (Cox), das wesentliche Entzündungsprozesse biochemisch unterstützt.

Weidenrindentee selbst gemacht

Ein gehäufte Teelöffel (2 bis 3 Gramm) der getrockneten, fein geschnittenen oder pulverisierten Weidenrinde werden mit 150 bis 250 Milliliter kaltem Wasser angesetzt, zum Sieden erhitzt und nach 5 Minuten durch ein Teesieb gegeben. Dosierung: 3 bis 5 Tassen pro Tag. Bei richtiger Dosierung sollen sich keine Nebenwirkungen ergeben.

Schwangere dürfen den Tee nicht trinken.

Wenig Nebenwirkungen

Das komplexe Zusammenwirken der unterschiedlichen Wirkstoffe der Weidenrinde ist noch nicht geklärt. Es wird vermutet, dass zum Beispiel Flavonoide, bestimmte Pflanzenfarbstoffe, zur Entzündungshemmung beitragen. Eindeutig ist jedoch, dass im Gegensatz zur synthetischen Acetylsalicylsäure beim Einsatz von Weidenrinde keine Reizungen der Magenschleimhaut auftreten. Bei gelegentlich vorkommenden Überempfindlichkeiten wie Übelkeit oder Magendruck nimmt man an, dass diese durch Gerbsäure ausgelöst werden. Die Hemmung der Blutgerinnung ist geringer als beim Einsatz von Acetylsalicylsäure, wodurch unerwünschte Blutungen ausbleiben. Allerdings kann es bei Menschen, die schon auf geringe Salicylatmengen reagieren, auch bei den Phytopräparaten auf Weidenbasis zu allergischen Reaktionen kommen.

Die Schmerzlinderung von Weidenrindenpräparaten in der Rheumatologie ist durch verschiedene Studien belegt. So untersuchten Reinhard Saller vom Institut für Naturheilkunde in Zürich und seine Kollegen einen Weidenrindenextrakt kürzlich unter Praxisbedingungen in der Schweiz. An der Studie nahmen 204 Ärzte teil, die den Extrakt an 763 Patienten mit unterschiedlichen rheumatisch bedingten Schmerzen verordneten. Über den Zeitraum von sechs bis acht Wochen wurden Daten über Schmerzintensität, Beeinträchtigung im täglichen Leben oder eine übergreifende Beurteilung von Wirksamkeit und Verträglichkeit erhoben. Zusammenfassend stellte Saller fest, dass der untersuchte Weidenrindenextrakt insgesamt gut verträglich war und keinerlei unerwartete Nebenwirkungen auftraten. Die Lebensqualität verbesserte sich bei 27 Prozent der Patienten. 4 Prozent berichteten von unerwünschten Nebenwirkungen des Verdauungssystems oder der Haut. Laut den Wissenschaftlern besitzt der Extrakt eine moderat schmerzlindernde Wirksamkeit bei Rückenschmerzen, Weichteilrheuma, entzündlichen Gelenkerkrankungen und Arthrose.

Kostengünstig

Sigrun Chrubasik von der Universität Frankfurt und ihre Kollegen führten bereits 1999 eine Vergleichsstudie mit 451 Patienten mit akuten Rückenschmerzen durch. Die Patienten erhielten entweder ein Weidenrindenpräparat in hoher (240 Milligramm) und niedriger Dosierung (120 Milligramm) oder eine konventionelle Therapie mit synthetischen

nichtsterodalen Antirheumatika, Nervenblockaden, manueller Therapie und Elektrotherapie. Die Gruppe, die das höher dosierte Weidenpräparat erhalten hatte, zeigte dabei die besten Behandlungsergebnisse. Der Wirkstoff wurde gut vertragen, überdies war diese Behandlungsform wesentlich kostengünstiger als die der Vergleichsgruppe.

Weidenrindenextrakte können auch bei anderen Schmerzformen, etwa bei Kopfschmerzen, Schmerzen nach Operationen oder fieberhaften Erkältungen, helfen. Die schmerzlindernde Wirkung tritt je nach Chronizität der Schmerzen mehr oder weniger schnell ein. Bei akuten Schmerzen kann aber keine sofortige Schmerzfreiheit erzielt werden.

natürlich



«Natürlich» eBook-Edition

Die «Natürlich»-Redaktion hat für Sie das eBook «Die 20 besten Heilkräuter» zusammengestellt. Mit einem Klick erfahren Sie alles Wissenswerte über Botanik, Heilwirkung und alle Anwendungsmöglichkeiten.

Das eBook können Sie ganz einfach und kostenlos herunterladen.

[Zum Download](#)

Empfehlen

Teilen

16

Tags

(Stichworte): [Naturheilkunde](#), [Gesundheit](#), [Heilpflanzen](#), [Botanik](#), [Aspirin](#), [Weide](#), [Rheuma](#)