

## Ackergauchheil

*Anagallis arvensis*

Primelgewächse

**Weitere Namen:** Blutströpfli, Corallenblümchen, Faule Magd, Faules Liesl, Gänskritche, Gewitterblume, Grundheil, Heil aller Welt, Hühneraug, Hühnermyrthe, Kopfwehkraut, Nebelpflanze, Neunerle, Roter Gauchheil, Rote Miere, Roter Hühnerdarm, Sperlingskraut, Weinbergstern, Wetterkraut, Wutkraut, Zeisigkraut

### Botanik und Systematik

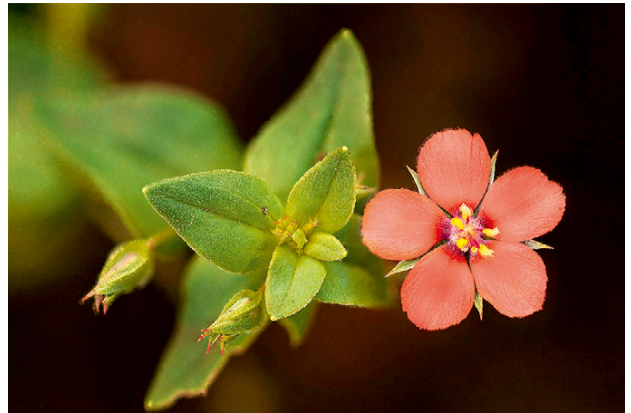
**Stammpflanze:** *Anagallis arvensis* L. syn. *A. arabica* DUBY, *A. repens* DC, *A. pulchella* SALISB.

Ackergauchheil gehört zur Familie der Primelgewächse (Primulaceae). Er ist abgesehen vom hohen Norden in ganz Europa sowie auch in Asien, großen Teilen Australiens, Nordeuropa, dem extratropischen Südamerika und Afrika beheimatet. Die Pflanze siedelt an mäßig trockenen bis frischen Ruderalstellen und ist auf nährstoffreichen Böden auf Feldern und auf Brachland sowie in Gärten anzutreffen. Sie kann als Unkraut betrachtet werden. Ackergauchheil ist ein kleines, einjähriges Kraut, das in etwa bis 25 cm hoch wird. Es bildet vierkantige, ästige, niederliegende oder aufsteigende Sprosse aus, die in jungem Zustand behaart sind. Die ungestielten Blätter sitzen gegenständig, aber auch zu dritt oder quirlständig an den Ästen. Sie sind eiförmig bis lanzettlich, ganzrandig und zugespitzt sowie unterseits dunkel punktiert. Aus den Blattachseln entspringen gestielte, radförmige Blüten von ziegelroter, seltener blauer, lila, weißer oder fleischiger Farbe. Blütezeit ist Juni bis Oktober. Die Frucht ist eine kugelige Deckelkapsel, die ca. 20 grobwarzige braune Samen enthält.

Die Gattung *Anagallis* ist mit ca. 24 Arten nahezu kosmopolitisch verbreitet.

### Allgemeines

Gauchheil ist eine Heilpflanze, die traditionell im europäischen sowie asiatischen Raum eingesetzt wird. Ihre Verwendung reicht weit bis in die Antike zurück. Hippokrates verwendete das Pulver als ätzendes Trocknungsmittel für Wunden, also zur Wundheilung. Gauchheil galt als leberöffnendes, nierenreinigendes und steintreibendes Mittel. Äußerlich diente es zur Behandlung von Bissen tollwütiger Hunde und zur Reinigung



**Abb. 3.1** Ackergauchheil (*Anagallis arvensis*) [5]

des Gehirns. Das alleinige Halten der Pflanze in der Hand sollte schon genügen, um Blutungen zu stillen. Die Einsatzgebiete im Mittelalter und danach waren in etwa dieselben wie in der Antike. Matthiolus berichtete zudem von der Verwendung bei der Pest, wobei die Pflanze „das Gift zu den Schweißlöchern ausja-ge“. Gauchheil sollte hilfreich sein gegen das „Fraisen“ der Kinder und ein zuverlässiges Mittel sein „bei allen Arten von Rase-reien, die mit keinem hitzigen Fieber verbunden sind“. Diesbe-züglich wurde sie in früheren Zeiten sehr geschätzt, sodass man die Pflanze sogar zwangsweise von den Behörden sam-meln ließ. Eine besondere Heilsamkeit wurde dem Gauchheil bei Wut und Wasserscheu zugesprochen.

In der ayurvedischen Medizin nutzt man Gauchheil bei Menstruationsstörungen, auf Ceylon u. a. bei Schlangenbissen, Hundebissen und Fischvergiftungen. Auf Tiere wirkt die Pflanze toxisch: In Indien setzt man sie zum Fischfang ein; für Ge-flügel und Kaninchen gilt Gauchheil als giftig, bei Hunden und Pferden soll er Gastroenteritis hervorrufen, und bei Schafen kann er zur Letalität führen aufgrund schwerer Nephrosis mit nachfolgender Urämie.

Die Pflanze wurde in früheren Zeiten zur Wettervorhersage verwendet, da sie ihre Blüten frühzeitig bei Wetterverschlechterung schließt. Ihre Namen Nebelpflanze und Wetterkraut nehmen Bezug darauf. Die deutsche Bezeichnung „Gauchheil“ bezieht sich auf die Anwendung bei Geisteskrankheiten – „Gauch“ ist ein altes Wort für Tor, Narr. Der Gattungsname „Anagallis“ ist auf Linné zurückzuführen. Er leitete ihn vom griechischen „anagelao = ich lache“ ab. Hintergrund ist die der Pflanze im Altertum zugeschriebene Fähigkeit, Melancholie zu

vertreiben und Heiterkeit zu erzeugen. Der Beiname „arvensis“ bedeutet „Acker“ und weist auf den Standort der Pflanze hin.

## Droge und Dosierung

Gauchheilkraut (*Anagallis arvensis* herba). Fehlende Monographierung.

Gesammelt wird das Kraut zur Zeit der Blüte. Es ist fast geruchlos und im Geschmack etwas bitter und scharf. Das Drogenmaterial stammt aus Wildsammlungen oder Anbau in Europa, Asien und Amerika.

Die Dosierung für einen Infus beträgt ½ TL Droge auf 1 Tasse Wasser 1–3-mal täglich.

Kinderdosierungen: Seitens der internationalen Monographien liegen keine Angaben vor.

## Inhaltsstoffe und Wirkungen

Das Gauchheilkraut enthält Saponine – Triterpensaponine, u. a. mit Anagalligenon B – sowie Gerbstoffe und Cucurbitacine (E, B, D, I, L und R, Cucurbitacin-Glykoside Arvenin I bis IV, etc.). Hinzu kommen Flavonoide (Kämpferol, Quercetin und Rutosid), Phenolcarbonsäuren (Leucocyanidin, Kaffeesäure, p-Cumar-, Ferula- und Sinapinsäure), Phytosterole wie  $\beta$ -Sitosterol und Sigmasterol, sowie Triterpene ( $\beta$ -Amyrin) und ätherisches Öl.

Die Droge wirkt antibakteriell, antiviral und fungitoxisch. Für das Triterpenglykosid Anagallosid sowie das Aglykon Anagalligenon wurde eine hemmende Wirkung auf zahlreiche Keime nachgewiesen. Antivirale Aktivität liegt gegen Herpes-simplex-Virus I und Polio Typ II vor.

Wässrige Extrakte der Droge wirken uteruskontrahierend. Für einen methanolischen Extrakt ließ sich eine östrogene Wirkung nachweisen. In vitro zeigten die Triterpensaponine der Droge einen spermiziden Effekt. Es liegen auch Hinweise auf eine taenizide Aktivität vor.

## Indikationen

Eine Verwendung findet nur noch selten statt. Das Ackergauchheilkraut wird in der Volksheilkunde bei schmerzhaften Erkrankungen der Leber und der Nieren, besonders bei Nephritiden sowie zur Steigerung der Diurese eingesetzt. Für akuten Husten und asthmoide Beschwerden werden 1–2 Tassen Tee tgl. empfohlen. Anwendungsgebiete sind ferner Pruritus, Flechten und schlecht heilende Wunden sowie Erkrankungen der Schleimhäute (Cave: aufgrund der Saponine und Cucurbitacine kommt es zu einer Reizung und Brennen). Einem Tee aus Ackergauchheil wird eine schmerzlindernde Wirkung bei Zahnschmerzen zugesprochen. In der Volksmedizin wird der frische Pflanzensaft des Gauchheils äußerlich mehrmalig aufgetragen, wenn man sich Splitter oder Dornen eingezogen hat. Belege für die genannten Anwendungsgebiete liegen nicht vor.

## Nebenwirkungen

Aufgrund der enthaltenen Saponine und Cucurbitacine kann es zu Reizungen des Magen-Darm-Trakts und Durchfällen kommen. Die Blätter können eine allergische Dermatitis her-

vorrufen. Mögliche Immuntoxizität. Bei längerer Einnahme soll es zu Nierenschädigungen kommen. Konkrete Fallberichte liegen jedoch nicht vor.

## Interaktionen

Keine bekannt.

## Kontraindikationen

Siehe NW.

## Darreichungsformen und Zubereitungen

Tee (Infus), Pulver, Urtinktur.

## Ackermanze

*Mentha arvensis*\*

## Lippenblütler

**Weitere Namen:** Japanische Minze, Chinesische Ackermanze, Kornminze, Feldminze

## Botanik und Systematik

**Stammpflanze:** *Mentha arvensis* L. syn. *M. agrestis* SOLE, *M. austriaca* JACQ., *M. crispa* LOUR., *M. hirsute* LOUR., *M. lapponica* WAHL., *M. pulegium* LOUR. Die Ackermanze lässt sich schwer systematisieren. Es handelt sich bei ihr um einen polymorphen Formenkreis mit recht verschiedenen Chromosomenrassen und einer hohen Bastardisierungstendenz. Es existieren zahlreiche Unterarten, Variationen und Formen. In der pharmazeutischen Literatur ist am häufigsten die Varietät *M. arvensis* L. var. *piperascens* HOLMS, die Japanische Minze, anzutreffen. Die mitteleuropäischen Typen werden für die medizinische Anwendung nicht genutzt.

Die Ackermanze gehört zur Familie der Lippenblütler (Lamiaceae). Sie ist in Europa bis zum 65. Breitengrad und im nördlichen Asien verbreitet, v. a. in Sibirien, dem Kaukasus, dem Himalaya, China, Korea und Japan. Sie liebt sonnige und halbschattige, sumpfige oder feuchte Stellen an Wegrändern, in Gräben oder feuchten Wiesen. Die mehrjährige, wohlriechende, bis 60 cm hohe Pflanze trägt an einem krummen oder aufrechten Stängel gestielte, elliptisch-lanzettliche bis breite, eiförmige Blätter, die einen schwach gezähnten Rand besitzen. Die weißen, lila- oder selten rosafarbenen Blüten sind in ungestielten, acht- bis zehnbütigen Scheinquirlen angeordnet mit Blättern am Apex. Im Gegensatz zu den anderen Arten stehen diese entfernt voneinander in den Achseln der Laubblätter. Scheinähren liegen also nicht vor. Die Blütezeit ist von Juni bis Oktober. Die Früchte sind kleine hellbraune Nüsschen.

Zur Gattung *Mentha* ➤ Pfefferminze.

## Allgemeines

Hauptsächlich wird das ätherische Öl der Japanischen Minze genutzt. Die Japanische Minze ist die Hauptquelle für Menthol.