

"WIDER PESTILENZ UND FAULE GESCHWÄR"

Antibiotisch wirkende Heilpflanzen früher und heute

von Margret Madejsky

mit freundlicher Genehmigung der Zeitschrift Naturheilpraxis

Auf der Suche nach phytotherapeutischen Alternativen zur schulmedizinischen Antibiotika-Therapie begegnen uns viele der traditionsreichen Heilpflanzen wider "Pestilenz" oder "Schwindsucht", "rohten Bauchfluß" oder "faule Geschwär". Durch phytopharmakologische Untersuchungen konnte deren Wirksamkeit in vielen Fällen wissenschaftlich bestätigt werden.

Schon im ägyptischen Papyrus Ebers (1600 vor Christus) wird die Bedeutung des Knoblauch als heilkräftige Nahrungspflanze beschrieben: Die beim Bau der Pyramiden eingesetzten Arbeiter sollen der Schrift zufolge einen Aufstand gemacht haben, weil sie nicht genügend Knoblauch und Zwiebeln zur täglichen Nahrung erhielten - Knoblauch war bereits im alten Ägypten das wichtigste Mittel zur allgemeinen Kräftigung und Prophylaxe von Darminfektionen, namentlich der Ruhr.

Wie so viele Heilkundige folgte auch der schweizer Kräuterpfarer Künzle dieser Tradition: "Wenn Typhus, Cholera oder andere Epidemien umgehen, genießt man täglich Knoblauch ..." schrieb er in seiner Heilkräuterfibel "Chrut und Uchrut".

Kaum eine Pflanze ist heute besser untersucht als der Knoblauch. In vielen Studien konnte sein antibakterieller und antimykotischer Effekt nachgewiesen werden. Beispielsweise konnte in vitro durch Zugabe von Knoblauch-Extrakten das Wachstum aller 22 getesteten Mikroorganismen auf ihren jeweiligen Nährböden gehemmt werden; um welche Mikroorganismen es sich im Einzelnen handelt, wurde in der Quelle (Weiß) leider nicht erwähnt.

Verantwortlich für die breite Wirkung und den eigentümlichen Geruch ist das im ätherischen Öl des Knoblauch enthaltene Allicin. Immerhin entspricht laut Professor Dr. Hildebert Wagner bereits 1 mg Allicin in seiner Wirkung etwa 10 µg Penicillin.

Die Vorteile von Knoblauchzubereitungen liegen in der fehlenden Resistenz der Krankheitserreger gegen Allicin und den vergleichsweise geringen Nebenwirkungen.

Schutz vor Vampirismus

Erfahrungsgemäß ist Knoblauch sogar in der Lage, die Darmflora nach Antibiotika-Therapie wieder zu normalisieren.

Oft genügt es, einige Wochen lang täglich ein bis drei geschälte Knoblauchzehen unzerkaut zu schlucken, um den Darm wieder ins Lot zu bringen. Der Knoblauch ist bei der Darmpassage mit der keimbesiedelten Darmwand in engem Kontakt, das Allicin entfaltet seine Wirkung, und der Patient riecht während dieser Kur kaum nach Knoblauch.

Werden die geschälten Knoblauchzehen zuvor in rotem Johanniskrautöl eingelegt, so rutschen sie besser und werden vom Johanniskraut (*Hypericum perforatum*) in ihrer Wirkung unterstützt. Vom Volksmund wurde Johanniskraut auch "Teufelsflucht" genannt. Über seine Lieblingspflanze schrieb Paracelsus, sie sei "wider Würm, Wunden, Phantasmata" und gut "für die balsamische Tugend". Tabernaemontanus beschreibt die Anwendung in der Veterinärmedizin: "Diesen Saft (Johanniskrautpreßsaft) gibt man mit Odermenig den Rossen ein für die Würm".

Die stimmungsaufhellende Wirkung des roten Farbstoffes, Hypericin, ist vielbeschrieben. In neueren Untersuchungen hat sich Hypericin aber auch als antibiotisch aktiv erwiesen und ist wie Knoblauch zur Darmsanierung bei Wurmbefall, bei Dysbiose nach Antibiotika-Therapie und möglicherweise, wie in alten Kräuterbüchern beschrieben, auch zur Therapie der Ämobenruhr geeignet.

So steckt hinter dem Aberglauben, daß Knoblauch sogar vor Vampiren schützen soll, vielleicht weit mehr, als man zunächst vermutet: Schließlich heißen die wahren Vampire heute nicht mehr Graf Dracula von Transsylvanien sondern *Staphylococcus aureus*, *Entamoeba histolytica* oder *Candida albicans*.

Um die Heilkraft des Knoblauch zu unterstreichen, eine kleine Krankengeschichte: Bei einer 30-jährigen Frau wurde eine Angina tonsillaris mit Penicillin behandelt, woraufhin sie unter ständigem Analpruritus litt. Es wurden perianal Staphylokokken sowie *Candida albicans* nachgewiesen. Daraufhin erhielt sie wiederum und mehrmals Antibiotika. Doch Rötung, Brennen und Juckreiz kehrten nach Ende der Einnahme stets wieder. Schließlich folgte sie dem naturheilkundlichen Rat, zwei bis drei geschälte Knoblauchzehen kleinzuhacken, in eine sterile Kompresse zu wickeln und diese nachts als Binde zu tragen. Schon vom ersten Tag an verschwanden die Symptome und kehrten nach einwöchiger Knoblauch-Kur auch nicht wieder. Eine innerliche Knoblauch-Kur, feuchtes Toilettenpapier und Rosensalbe förderten die vollständige Heilung.

In der Frauenheilkunde hat der Knoblauch schon lange seinen festen Platz. Ob es sich um Staphylokokken, Trichomonaden oder *Candida albicans* handelt, ist gleich. Phytotherapeutisch geschulte Gynäkologen empfehlen bei Unterleibsentzündungen Knoblauchzehen intravaginal. Der "Theriak des Bauern", wie der Knoblauch von dem griechischen Arzt Galen genannt wurde, zeigt sich auch heute noch als unschlagbares pflanzliches Antibiotikum, vor allem für die Schleimhäute.

Erfreulich ist, daß Professor Dr. Rudolf Hänsel schreibt: "Knoblauch ist die Panazee des 20. Jahrhunderts!"

Wider die Pestilenz

Zum Schutz vor Seuchen hängt die Silberdistel noch heute im Alpengebiet über vielen Stalltüren. Der Grund dieses Brauchtums offenbart sich bereits in ihrem botanischen Namen, *Carlina acaulis*, der von Karl dem Großen stammen soll.

Der Legende zufolge wurde Karl der Große während einer Pestepidemie, die sein Heer dahinzuraffen drohte, von einem Engel heimgesucht. Der Engel riet ihm, einen Pfeil abzuschließen und er versprach ihm, daß das Kraut, welches von dem Pfeil getroffen würde, heilsam gegen die Seuche sei. Karl der Große tat wie ihm geheißen, schoß einen Pfeil ab und dieser traf die Silberdistel. In alten Kräuterbüchern liest man, die Wurzel sei "wider allerlei Gift, sonderlich aber wider die Pestilenz" (Mit Pestilenz sind im allgemeinen alle ansteckende Erkrankungen gemeint.); Ob die Silberdistel nun wirklich die Kraft hat, auch die Pest zu bannen, sei dahingestellt, aber ihr wurde Jahrhunderte lang eine außerordentliche Heilkraft zugesprochen. Paracelsus beschreibt eine andere Begebenheit: Ein Mann im Elsaß, der die Wurzel bei sich trug, soll ein drei Zentner schweres Weinfäß über eine lange Strecke getragen haben. Zwölf Männer die ihn begleiteten, hätten angeblich nicht mithalten können und seien hernach "etliche Tage geschwecht gelegen".

Wer in der Sonnwendnacht eine neunblütige Eberwurz gräbt, diese in Wein siedet und selbigen trinkt, erlangt "Neunmannsstärke", besagte der Volksaberglaube noch Anfang unseres Jahrhunderts.

"Die Wurzel in Essig gesotten und sich damit gewaschen, vertreibt Flechten, Grind und Raud" wußte auch Tabernaemontanus.

Kein Wunder, wie wir heute wissen: Im ätherischen Öl der Wurzel hat man den Wirkstoff Carlinaoxid gefunden. Dieser hat sich als stark bakteriostatische Substanz erwiesen. Der Wurzelextrakt und das ätherische Öl der Silberdistel - nicht aber der Tee - sind gegen grampositive Keime wirksam. Selbst geringe Dosen Carlinaoxid hemmen nachgewiesenermaßen das Wachstum von Staphylokokken, Enterokokken, Salmonellen und Shigellen (die Wirksamkeit gegen *Yersinia pestis* wurde leider nicht überprüft). So bestätigt sich zumindest die mittelalterliche Anwendung der Wurzelzubereitungen in Wein bei infektiösen Durchfallerkrankungen oder in Essig zur Waschung eitrigiger Hautausschläge. Auch ist es nicht ganz unwahrscheinlich, daß die Eberwurz mindestens "Einmannsstärke" vermittelt - resorbiert doch der gesunde Darm unsere kraftspendenden Nährstoffe.

"Eißt Kranawitt (Wacholder) und Bibernell, dann sterbt ihr net so schnell" lautet eine andere, aus Pestzeiten stammende Volksweisheit.

Wacholderbeeren, Bibernell- und Engelwurz gehörten zur Arbeitsausrüstung des Pestarztes wie zum heutigen Arzt das Desinfektionsmittel gehört. Auf seinen pflanzlichen Utensilien kauend, war ihm ein gewisser Schutz sicher. Beim Kauen werden die in der Pflanze enthaltenen ätherischen Öle frei und diese gelangen nicht nur in den Darm, sondern werden auch inhaliert und können in ausreichender Menge in den

Atemwegen befindliche Keime in ihrem Wachstum hemmen oder gar töten.

Weihrauch der nordischen Völker

Weiteren Schutz bot auch die Räucherung: Kein geringerer als der berühmte griechische Arzt Hippokrates soll durch Räucherungen mit Wacholder die Pest aus Athen vertrieben haben. Nicht nur zu Pestzeiten wurde der Wacholder als "Weihrauch der nordischen Völker" rege gebraucht und daher beinahe ausgerottet. Im Alpengebiet ist es heute noch üblich, Kranken- und Sterbezimmer mit "Kranawitt" auszuräuchern. Die luftdesinfizierende Eigenschaft ätherischer Öle ist hinreichend bekannt, und weil die Lungenpest durch Tröpfcheninfektion übertragen wird, ist verständlich, warum man während der Epidemien glaubte, ohne Wacholderräucherung sei man des Todes. In geeigneter Konzentration wirken die meisten ätherischen Öle antibakteriell und antimykotisch, aber auch antivirale Aktivitäten wurde nachgewiesen. Hänsel bestätigt: "Bereits Dämpfe (ätherischer Öle) können keimtötend wirken".

Yersinia pestis ist empfindlich gegen äußere Einflüsse wie zum Beispiel Sonnenlicht. Vermutlich kann auch die Räucherung dem Pest-Erreger schaden. Da dieser allerdings hochvirulent ist, wäre die Räucherung nur als zusätzliche Prophylaxe denkbar - Quarantäne und andere hygienische Maßnahmen zur Verhinderung der Ausbreitung bleiben unersetzlich.

Inzwischen halten ätherische Öle selbst in naturheilkundlich orientierten Krankenhäusern Einzug. Der Franzose Dr. Jean Valnet war auf diesem Gebiet Vorreiter, er schrieb über eine weitere Ätherischöldroge: "Thymian-Essenz ist in seiner bakterienbekämpfenden Wirkung stärker als Phenol". Es wird vermutet, daß nicht nur die Wirkung ätherischer Öle zur Desinfektion ausreicht, sondern auch die Resistenz der Keime geringer ist als gegen die üblichen Desinfizientia.

Wider die Schwindsucht

Mycobacterium tuberculosis (grampositiv) ist durch seine Wachshülle in besonderer Weise vor Außeneinflüssen geschützt. Dennoch kennt die Volksmedizin viele Methoden zur Bekämpfung des Tuberkulose-Erregers.

In eindrucksvoller Weise schildert beispielsweise Künzle die Wirksamkeit von Essigdämpfen: "Der Traubenwirt vom Winalt besaß einen Weinberg und schenkte nur sein eigenes Gewächs. Der letzte Wein im Faß aber war wie überall minderwertig. Er machte ihn somit zu Essig und wußte diesen noch besser zu verwenden als den Wein. Leute mit schwachen Lungen, Anlage zu Schwindsucht erhielten von unserem Traubenwirt den Rat, jeden Abend 3 bis 5 flache Teller mit Essig im Schlafzimmer aufzustellen. Der Essiggeruch (Dämpfe), der so die ganze Nacht eingeatmet wurde, erfrischte und stärkte die Lungen. Der Wirt kam auf dieses Verfahren durch einen Verwandten, der eine Essigfabrik mit über 200 Arbeitern leitete, von denen keiner an den Lungen zu leiden hatte. Wohl hatte er auch tuberkulöse Leute eingestellt, die jedoch alle genesen."

Leider stehen auch hier noch Untersuchungen aus, die bestätigen könnten, daß Essigdämpfe die Wachshülle der Tuberkel durchbrechen. Aber zumindest bei chronischer Bronchitis hat sich diese Methode vor allem dann in der Praxis bewährt, wenn zusätzlich einige Tropfen ätherisches Thymianöl in den Essig gegeben wurde.

"Aufgrund ihrer guten Lipidlöslichkeit können die (ätherischen) Öle leicht die Zellmembran durchdringen und dadurch indirekt in den Stoffwechsel von Mikroorganismen eingreifen" bemerkt Wagner. Valnet fand wiederum den als Lungenpflanze bekannten Thymian als wirksam gegen Milzbrand-Erreger, Staphylokokken, Pneumokokken, Meningokokken, Corynebacterium diphtheriae und Mykobakterien.

Über einen weiteren antibiotischen Effekt verfügen Flechten. Im Vinschgau hört man folgende Geschichte: Ein Mann, der unter ständigem Husteln und allgemeinem Kräfteverfall litt, wies im Röntgenbild einen für Tuberkulose typischen Fleckschatten an der Lungenspitze auf. Eine ortsansässige Heilkräuterkundige riet ihm daraufhin, sich die Bartflechte zu sammeln und den Winter über täglich ein bis zwei Tassen Tee daraus zu bereiten. Nach vielen Wochen Teekur mit Bartflechte wurde er wieder geröntgt. Der Fleckschatten war nun verschwunden und auch der Husten plagte den Mann schon lange nicht mehr.

Von den Flechtensäuren weiß man heute, daß ihre bakteriostatische Wirkung auch grampositive Erreger einschließt. Die anthroposophische Heilmittelfirma Weleda nutzt diese Wirkung mit dem Präparat "Lichenes comp., Flechtenhonig", in dem sie Bartflechte (Usnea barbata), isländisch Moos (Cetraria islandica), Lungenflechte (Sticta pulmonaria) und Rentierflechte (Cladonia rangiferina) kombiniert hat. Der Flechtenhonig wird von anthroposophischen Ärzten auch als Adjuvans bei Keuchhusten und Lungentuberkulose verordnet.

Gegen faule Geschwär

Paracelsus hat einmal gesagt: "Alle Wiesen und Matten, alle Berge und Hügel sind Apotheken".

Während Heilkundige heutzutage ohne Apotheke beinahe machtlos sind, war der Arzt der Vorzeit oftmals auf die Heilpflanzen angewiesen, die seinen Weg zum Kranken säumten. Auf Schritt und Tritt begegnet uns auch heute noch der Wegerich (Plantago lanceolata u. Plantago major). Kaum zu glauben, daß die Pflanze, die wir mit den Füßen treten einst so heilig war, daß nur Priester sie ernten durften. Sogar im angelsächsischen Neunkräutersegen wird der Wegerich gepriesen und im Schwedischen heißt er gar "läkeblad", was soviel wie Heilblatt oder Arztblatt bedeutet. Die Volksheilkunde bedient sich seiner schon lange bei Insektenstichen, als Wundheilmittel und Zuggpflaster bei Furunkeln, aber auch bei Keuchhusten oder Tbc.

Professor Dr. Max Wichtl beschreibt seine Heilkraft wie folgt: "In vitro wurde für kalt bereitete wäßrige Auszüge, für Fluidextrakte und für den Preßsaft aus frischen Blättern (von Plantago lanceolata) eine bakteriostatische und bakterizide Wirkung nachgewiesen (nicht aber für Infus und Dekokt)... Im Lochtest zeigt 1 ml der 2 %igen Lösung von Aucubin zusammen mit beta-Glucosidase gegenüber Staphylococcus aureus die gleiche Wirksamkeit wie 600 I.E. Penicillin."

Es muß nicht gleich ein "Geschwär" sein, frisch gewaschene und zerkleinerte Wegerichblätter fördern die Heilung von Wunden aller Art. Aber besonders gut geeignet ist der Wegerich bei eitrigen Prozessen auf Haut oder Schleimhaut. Sinnvoll ist auch die Kombination der Fluidextrakte antibiotisch aktiver Heilpflanzen mit sich ergänzenden Wirkstoffen wie zum Beispiel Spitz- oder Breitwegerich (Aucubin), Ringelblume (äther. Öl), Blutwurz (Gerbstoffe), Johanniskraut (Hypericin) und Sonnenhut (Echinacein). In Salben eingearbeitet oder verdünnt zur Wundspülung haben diese sich beispielsweise zur Behandlung eitriger Prozessen der Haut oder Schleimhäute bewährt.

Hervorgehoben werden soll nur das volksmedizinische Allheilmittel, die Ringelblume: Schon im Mittelalter galt sie als vorzügliches Wundheilmittel, weshalb Apotheken ganze Fässer Ringelblumen vorrätig hielten. Pfarrer Kneipp hat Calendula sogar gegen Geschwüre empfohlen, die "recht bösartig und giftig aussehen". Aber damit ist ihr breites Indikationsgebiet nur unzureichend beleuchtet. Jedenfalls wurde für das ätherische Ringelblumenöl eine bakterizide (vor allem gegen Staphylococcus aureus) und auch trichomonazide Wirkung nachgewiesen.

Rohter und weißer Bauchfluß

Auch Gerbstoffdrogen wie die Blutwurz (Potentilla erecta; P. tormentilla) haben antibakterielle Wirkung.

Hier weist bereits der Name, Potentilla (von latein. "potentia") auf die Macht oder Heilkraft der Pflanze hin, von der der Volksmund noch heute sagt: "s mag mer fehle was mer will, so drink i halt mei Durmedill."

In alten Kräuterbüchern steht geschrieben: "Ferner findet man unter allen Wurzeln kaum eine / die da nützlich und besser ist wider alle Bauchfluß / roht und weiß / als eben die Tormentillwurzel."

Die Wurzel enthält bis zu 20 % Gerbstoffe (Catechin-), deren Wirkung heute gut untersucht ist: Gerbstoffe bilden mit Alkaloiden, Schwermetallsalzen und Eiweißen schwerlösliche Komplexe. Wie der Name schon sagt, wurden sie zum Gerben von tierischen Häuten gebraucht. Doch auch Bakterien entgehen dieser Gerbwirkung nicht.

Tormentillwurzel ist nicht nur wegen ihres Gerbstoffgehaltes bakterizid, auch der rote Farbstoff der Wurzel soll an der antibiotischen Wirkung beteiligt sein. Ferner sind Gerbstoffe für Schimmelpilze giftig. Für die Extrakte sind laut Wichtl sogar antivirale und immunstimulierende Effekte (interferoninduzierend) nachgewiesen. Es darf also angenommen werden, daß für das als Mazerationsdekot zubereitete oder in Wein eingenommene Wurzelpulver nicht nur "unspezifische, akute Durchfallerkrankungen" oder "leichte Schleimhautentzündungen im Mund- und Rachenraum" als Anwendungsgebiete (laut Monographie der Kommission E) in Frage kommen.

Der Leser ahnt, daß die Liste der Heilpflanzen mit antibiotischer Wirkung hier noch lange nicht am Ende ist.

Antibiotika kamen in der Nachkriegszeit nach Deutschland. Sie machten eine steile Karriere als Allheilmittel bei Infektionen aller Art. Nach

Jahrzehnten der oft unbedachten Verschreibung kennt man ihre Nachteile, beispielsweise: Resistente Keime, häufige Rezidive oder Folgekrankheiten, wie zum Beispiel die Dysbiose des Darmes.

Im rechten Moment und in der rechten Weise durch geschulte und gesetzlich berechnigte Heilkundige eingesetzt, könnten die seit vielen Jahrhunderten bewährten Heilpflanzen die Antibiotika-Therapie in vielen Fällen erübrigen. Antibiotika wären dann der Therapie von Notfällen vorbehalten, und die Erreger hätten kaum die Gelegenheit, Resistenzen zu erwerben.

Quellen und Literaturempfehlungen:

- **Lehrbuch der biologischen Heilmittel**, v. Gerhard Madaus, Mediamed Verlag, ISBN 3-922724-05-1
- **Lehrbuch der Phytotherapie**, v. Rudolf Fritz Weiß, Hippokrates Verlag, ISBN 3-7773-0933-8
- **Pharmazeutische Biologie**, v. Hildebert Wagner, Gustav Fischer Verlag, ISBN 3-437-20498-X
- **Pharmakognosie**, v. Steinegger u. Hänsel, Springer Verlag, ISBN 3-540-55649-4
- **Phytopharmaka**, v. Rudolf Hänsel, Springer Verlag, ISBN 3-540-50953-4
- **Teedrogen**, v. Max Wichtl, Wissenschaftl. Verlagsges. mbH Stuttgart, ISBN 3-8047-1009-3
- **Aroma-Therapie**, v. Jean Valnet, Heyne Verlag, ISBN 3-453-41728-3
- **Garten der Gesundheit**, v. Dander u. Kompatscher, Tappeiner Verlag, ISBN 88-7073-121-9
- **Handwörterbuch des deutschen Aberglaubens**, de Gruyter Verlag, ISBN 3-11-011194-2
- **Kräuterbuch**, v. Jacobus Theodorus Tabernaemontanus, Reprint-Verlag Konrad Kölbl, München
- Begleitskript zur "**Ausbildung in Heilkräuterkunde und Phytotherapie**" v. Dr. rer. nat. Max Amann, Margret Madejsky und Olaf Rippe, München
- und weitere Quellen.

[◀ ZURÜCK ZUR AUSWAHL](#)