

HERZPFLANZE vom Nildelta

Die spasmolytische Wirkung auf die Koronargefäße macht die **ZAHNSTOCHER-AMMEI** zur wichtigsten Herzpflanze im arabischen Raum

Cornelia Stern



Foto: © mauritius images / Garden World Images / Steffen Hauser

BEREITS im Papyrus Ebers – einem altägyptischen medizinischen Manuskript, das um 1500 v. Chr. entstanden ist – findet man die Zahnstocher-Ammei unter dem Namen Khella. Darin wird sie als Heilpflanze für Frauen mit unerfülltem Kinderwunsch und zur Milchbildung bei stillenden Müttern beschrieben. In der ägyptischen Volksheilkunde taucht sie später auch als Mittel bei Nierensteinen auf. Ihre spasmolytische Wirkung auf den Harnleiter wurde schon damals erkannt und zur Erleichterung des Abgangs von Nierensteinen eingesetzt. Auch Dioskurides beschrieb eine Heilpflanze, die er Ammi nannte und zur Behandlung von Wunden, Bissen und Entzündungen einsetzte. Es ist aber nicht sicher, ob es sich dabei um die Zahnstocher-Ammei, *Ammi visnaga* (L.) LAM., oder um eine andere Ammi-Art handelt.

1946, fast 3500 Jahre nach der Entstehung des Papyrus Ebers, wurde der ägyptische Pharmakologe Anrep auf die traditionelle Heilpflanze aufmerksam und wies in experimentellen Untersuchungen ihre stark krampflösende Wirkung auf die Koronararterien und die Bronchiolen nach. In den letzten Jahrzehnten hat die Heilpflanze auch in der europäischen Phytotherapie Einzug gehalten. Prof. Dr. Rudolf Fritz Weiß, Inhaber des ersten Lehrstuhls für Phytotherapie in Deutschland an der Universität Tübingen, gehörte zu den Fürsprechern der Zahnstocher-Ammei. In seinem „Lehrbuch der Phytotherapie“ hat er den Einsatz ihrer Samen bei Asthma bronchiale und bei pektanginösen Beschwerden beschrieben.

Heute ist die Zahnstocher-Ammei bei uns als Heilpflanze fast gänzlich unbekannt, obwohl sie im arabischen Raum immer noch zu den wichtigsten Heilpflanzen bei Herzerkrankungen zählt.

Zahnstocher aus dem Orient

Der Gattungsname „Ammi“ leitet sich von „ammos“ (griech. „Sand“) ab und weist auf den bevorzugten Standort der Pflanze hin. „Visnaga“ (lat. „doppelt spitz“) bezieht sich – wie auch der deutsche Name „Zahnstocher-Ammei“ – auf die historische Verwendung der wohlriechenden und -schmeckenden Stiele der Blütendolden zur Herstellung von Zahnstochern. Synonyme sind: Khella, Bischofskraut und Zahnstocher-Knorpelmöhre.

Die Zahnstocher-Ammei stammt ursprünglich aus dem Nildelta und ist heute in ganz Nordafrika und auch im Mittelmeerraum beheimatet. In Mittel- und Südamerika kommt sie als Neophyt vor. Zu den bevorzugten Standorten gehören sandige, trockene Flächen mit viel Sonne.

Die Pflanze gehört zu den Doldenblütlern (Apiaceae). Sie riecht aromatisch und hat einen würzigen Geschmack. Die einjährige, aufrechte Staude wird bis zu einem Meter groß und hat einen glatten, nach oben hin gebogenen, dunkelgrünen bis violett gestreiften Stängel mit fein zerteilten, grau-grünen Blättchen. Die Doppeldolden sind groß, schirmförmig und besitzen bis zu 100 starre Strahlen mit kleinen weißen Blüten. Die Blütezeit dauert von Juni bis August, danach erscheinen die Früchte. Sie sind glatt, elliptisch und mit einer eiförmigen, länglichen Fugenfläche versehen. Die reifen Doldenstrahlen sind dann dick, verholzt und dicht zusammengezogen. Dadurch erinnert die Fruchtdolde stark an die der Wilden Möhre (*Daucus carota*). Im Unterschied zu dieser breitet die Zahnstocher-Ammei jedoch ihre Doldenstrahlen beim Feuchtwerden aus und schließt sie bei Trockenheit. Die wilde Möhre und andere einheimische Doldenblütler machen dies genau umgekehrt.

Medizinisch verwendet werden die Früchte, sie stammen meist aus der Wildsammlung. Geerntet werden sie von September bis Oktober.

Inhaltsstoffe: Furanochromone wirken spasmolytisch

Die wichtigsten Inhaltsstoffe sind die Furanochromone Khellin und Visnagin. Neben weiteren Furanochromonen enthält die Zahnstocher-Ammei Pyranocumarine (Visnadin, Samidin), etwas ätherisches Öl (Kampher, Carvon), Furanocumarine, Flavonoide und fettes Öl.

Khellin wirkt stark spasmolytisch auf die glatte Muskulatur, insbesondere auf die Koronargefäße und die Bronchiolen, etwas weniger stark auch auf die Harnwege, die Gallenwege und den Gastro-Intestinal-Trakt. Die anderen Furanochromone wirken antiatherosklerotisch, indem sie die Werte von Serumlipoproteinen und Gesamtcholesterin senken. Visnadin wirkt koronardilatierend ohne Erweiterung der peripheren Blutgefäße. Dadurch erhöht sich die Durchblutung der Herzkranzgefäße, ohne dass der Sauerstoffverbrauch zunimmt. Zudem ist ein positiv inotroper Effekt zu verzeichnen.

Indikationen in der Erfahrungsheilkunde: Asthma und KHK

Die Kommission E hat den Früchten (*Ammi visnagae fructus*) aufgrund fehlender wissenschaftlicher Wirksamkeitsstudien und wegen der möglichen Risiken (pseudoallergische Reaktion, reversibler cholestatischer Ikterus und Fotosensibilisierung) eine Negativmonografie erteilt. In der rationalen Phytotherapie wird die Zahnstocher-Ammei daher nicht verwendet.

Aus der Erfahrungsheilkunde existieren jedoch viele Informationen zu den medizinischen Einsatzgebieten der Zahnstocher-Ammei: Ihre Wirkstoffe werden sehr rasch resorbiert, und

In der Schulmedizin hat sich ein synthetisches Khellinderivat etabliert: die Cromoglicinsäure, die meist topisch bei allergischem Asthma und Allergien eingesetzt wird.

die Wirkung hält lange an (ca. 6 Stunden). Daher ist die Zahnstocher-Ammei zur Verhütung asthmatischer Anfälle und zur Intervallbehandlung bei Asthma bronchiale geeignet, nicht jedoch zur Behandlung akuter Asthma-Anfälle. Die besondere Wirksamkeit bei der Vorbeugung nächtlicher Anfälle ist wahrscheinlich auf den sog. Khellinisierungseffekt zurückzuführen: ähnlich wie beim Fingerhut (*Digitalis*) sollen sich die Wirkstoffe kumulieren, sodass 3 Gaben über den Tag verteilt häufig Beschwerdefreiheit in der Nacht ermöglichen.

Außer bei Asthma bronchiale wirkt die Behandlung mit der Zahnstocher-Ammei auch bei Bronchitis mit krampfhaftem Husten; sogar Hinweise zur Behandlung eines Emphysems sind beschrieben. Hingegen scheint Keuchhusten nicht ausreichend mit der Zahnstocher-Ammei behandelbar zu sein.

Auch die Koronare Herzkrankheit gehört durchaus zu den Indikationsgebieten, da sich die spasmolytische und erweiternde Wirkung an den Herzkranzgefäßen in der gleichen Stärke zeigt wie an den Bronchiolen. Bei Gallen- und Nierensteinleiden kann die Zahnstocher-Ammei ebenfalls eingesetzt werden. Weniger in den akuten Phasen der Gallen- und Nierensteinkoliken, sondern vielmehr zur Prophylaxe.

Nebenwirkungen / Gegenanzeigen / Interaktionen

Bei längerer Anwendung wurden in seltenen Fällen Übelkeit und Schwindel sowie Obstipation beobachtet. Auch Kopfschmerzen und allergische Reaktionen sollen gelegentlich vorkommen. Hohe Dosen führten vereinzelt zu einer Erhöhung der Lebertransaminasen (und damit zu einem erhöhten Ikterusrisiko), die jedoch beim Absetzen der Zahnstocher-Ammei reversibel auf die Normwerte zurückgingen.

Aufgrund der fotosensibilisierenden Eigenschaften von Khellin und Visnagin sollte bei Anwendung auf längere Sonnenbäder verzichtet werden. Gegenanzeigen sowie Interaktionen sind keine bekannt.

Darreichungsformen

Die Teezubereitung aus den reifen, getrockneten Früchten wird heute nur noch selten eingesetzt. Dafür tgl. 0,5 g Zahnstocher-Ammei-Früchte zerstoßen, mit heißem Wasser übergießen, 10–15 min ziehen lassen und anschließend abseihen.

Fertigarzneimittel

Fertigpräparate aus der Zahnstocher-Ammei sind trotz der vielversprechenden Einsatzgebiete vom Markt fast komplett verschwunden.

Als Einzelmittel ist noch erhältlich:

- Ammi visnaga Urtinktur (Fa. Hanosan): bei krampfhaften Zuständen der glatten Muskulatur, insbesondere der Bronchien und der Herzkranzgefäße; bei akuten Zuständen alle halbe bis ganze Stunde je 5 Tr. einnehmen, höchstens 6× tgl. Bei chronischen Verlaufsformen 1- bis 3-mal tgl. je 5–10 Tr. einnehmen.

Als nicht verschreibungspflichtige Komplettmittel sind erhältlich:

- Ammi visnaga Komplex (Fa. Hanosan): bei Blutdruckstörungen, Hypotonie, Herz- und Kreislaufschwäche und Arteriosklerose; bei akuten Zuständen alle halbe bis ganze Stunde je 5 Tr. einnehmen, höchstens 6× tgl. Bei chronischen Verlaufsformen 1- bis 3-mal tgl. je 5–10 Tr. einnehmen.
- Aspas spag. Peka N Tropfen (Fa. Pekana): bei Spasmen und Koliken; bei akuten Zuständen alle halbe bis ganze Stunde je 5 Tr. einnehmen, höchstens 6× tgl. Bei chronischen Verlaufsformen 1- bis 3-mal tgl. je 5–10 Tr. einnehmen.
- Deas spag. Peka N Tropfen (Fa. Pekana): bei Asthma oder asthmoider Bronchitis; bei akuten Zuständen alle halbe bis ganze Stunde je 5 Tr. einnehmen, höchstens 6× tgl. Bei chronischen Verlaufsformen 1- bis 3-mal tgl. je 5–10 Tr. einnehmen.
- A-Bomin Tropfen (Fa. Pflüger): bei akuten Atembeschwerden alle halbe bis ganze Stunde je 5 Tr. einnehmen, höchstens 6× tgl. Bei chronischen Verlaufsformen 1- bis 3-mal tgl. je 5–10 Tr. einnehmen.
- Rauwolfia Synergon Nr. 1c (Fa. Kattwiga): bei Arrhythmien, Hypertonie und Tachykardie je nach Schweregrad 3- bis 6-mal tgl. 10–30 Tr. einnehmen.

Klassische Homöopathie und Spagyrik

Als homöopathisches Einzelmittel ist Ammi visnaga ab der Potenz D1/C1/Q1 erhältlich (Fa. Arcana, Fa. DHU, Fa. Weleda). Die homöopathischen Präparate werden aus den getrockneten Früchten hergestellt. Bis heute wurde keine Arzneimittelprüfung an gesunden Probanden durchgeführt. Tiefe Potenzen sollen jedoch hilfreich sein bei Durchblutungsstörungen des Herzmuskels, bei pektanginösen Zuständen, zur Entkrampfung bei Asthma sowie als palliatives Heilmittel bei krampfhaften Koliken, Migräne und Dysmenorrhö.

Spagyrisch aufbereitet ist Zahnstocher-Ammei erhältlich als Einzelessenz (Fa. Heidak) und wird bei Spasmen der glatten Muskulatur eingesetzt.

Plädoyer für eine Herzpflanze

Die Zahnstocher-Ammei ist in Deutschland nicht als phytotherapeutisches Fertigpräparat erhältlich. Bei den oben aufgeführten Arzneimitteln handelt es sich um Präparate, die als Homöopathika registriert sind.

Ein Blick in den nordafrikanischen Raum verdeutlicht jedoch, welches Potenzial der Zahnstocher-Ammei als phytotherapeutisch eingesetzte Herzpflanze innewohnt. Dort ist sie für die Behandlung herzbezogener Indikationen so bedeutend wie der Weißdorn bei uns. Mit dem Unterschied, dass man sich beim Weißdorn bis zum Wirkungseintritt mehrere Wochen gedulden muss, hingegen die Wirkung der Zahnstocher-Ammei unmittelbar einsetzt. Möchte man hierzulande vom phytotherapeutischen Wirkspektrum der Pflanze profitieren, ist sie am einfachsten als Urtinktur einzusetzen. Denn diese gilt zwar als homöopathisches Präparat, ist jedoch unverdünnt und wirkt daher durchaus auch auf der stofflichen Ebene. ■

Dieser Artikel ist online zu finden:

<http://dx.doi.org/10.1055/s-0036-1582158>



Cornelia Stern

Mitinhaberin der Freiburger
Heilpflanzenschule

79111 Freiburg im Breisgau

E-Mail: cornelia.stern@heilpflanzenschule.de

Internet: www.heilpflanzenschule.de

Cornelia Stern ist Apothekerin mit Spezialisierung in Klassischer Homöopathie. Ihre Interessenschwerpunkte sind Heilpflanzenkunde und Phytotherapie. Seit 2013 ist sie Mitinhaberin und Dozentin der Freiburger Heilpflanzenschule. Als Mitherausgeberin der Deutschen Heilpraktiker Zeitschrift DHZ ist sie verantwortlich für die Fachgebiete Phytotherapie, Homöopathie und Spagyrik.