


Abb. 1 Kleines Immergrün mit Efeu im Hintergrund. Immergrüne Pflanzen stehen für das ewige Leben und die Unsterblichkeit der Seele. © Marc/stock.adobe.com



© Marc/stock.adobe.com

Heruntergeladen von: Cornelia Stern. Urheberrechtlich geschützt.

Symbol der Unsterblichkeit

Vinca minor L. – KLEINES IMMERGRÜN: Trostspender am Grab und Heilpflanze in der Homöopathie und Spagyrik  Cornelia Stern

Der Name „Immergrün“ hat mit dem Blätterkleid zu tun, denn das Pflänzchen gehört wie Efeu, Thuja, Buchs, Rosmarin und viele andere zu den immergrünen Pflanzen, deren Blätter ganzjährig grün sind und Photosynthese betreiben. Auch der Volksname „Singrün“ hat damit zu tun, „sin“ bedeutet „dauernd, immer“. Gerne werden immergrüne Pflanzen auf den Friedhöfen zur Verschönerung der Gräber gepflanzt, da sie pflegeleicht sind, gut gedeihen und auch im Winter unser Auge mit Farbe beschenken. Mythologisch hat das Immergrün als Grabschmuck jedoch eine viel tiefergehende Bedeutung. Immergrüne Pflanzen, deren Laub im Herbst nicht abfällt und verrottet, stehen für das ewige Leben und für die Unsterblichkeit der Seele. Eine trostspendende Signatur – besonders auf Friedhöfen!

Geschichte: Vielseitige Heilpflanze

Das Immergrün war schon im Altertum eine bekannte Heilpflanze. Dioskurides nannte es Polemion und verwendete das Kraut mit Wein getrunken gegen Durchfall und mit Milch und Rosen zusammen bei Gebärmutterleiden. Lonicerus setzte das Immergrün meist bei Erkältungen, aber auch bei Geschwürleiden ein. Matthioli empfahl, damit Blutungen wie Nasenbluten, zu starke Menstruation und blutige Durchfälle zu lindern.

Auch im Brauchtum kann das Immergrün punkten. In den Alpen wurden geweihte Immergrünbüschel als Schutz vor Blitzschlag aufgehängt. In anderen Regionen soll es vor bösem Hexenzauber gegen das Vieh im Stall oder gegen den Zauber, der Hass zwischen Eheleute sät, helfen.

Botanischer Steckbrief

Der botanische Gattungsname des Kleinen Immergrüns „Vinca“ stammt wahrscheinlich vom lateinischen Wort „vincere“ für „besiegen“ ab. Immergrün hat die Fähigkeit, sich durch seine ausbreitenden Eigenschaften gegen viele andere Pflanzen erfolgreich zu wehren. Eine andere Deutung hängt mit seinem Erblühen schon in den noch kalten Frühfrühlingstagen zusammen. Hier zeigt es seine Fähigkeit, den Winter und die Kälte zu besiegen und die neue Vegetationsperiode einzuleiten. Vielleicht stammt sein Gattungsname jedoch auch vom lateinischen „vincire“ ab, was „umwinden“ bedeutet. Und in der Tat besitzt das Immergrün sich windende, lange Triebe, die von allem Besitz ergreifen. Sein Artnamen „minor“ ist der lateinische Komparativ von klein, also „kleiner“. Damit wird eine Abgrenzung zum Großen Immergrün (*Vinca major*), das bei uns im Wald genauso zu finden ist, geschaffen. Synonyme für das Kleine Immergrün sind Kleines Singrün, Dauergrün, Wintergrün, Gewöhnliches Immergrün, Gemeines Immergrün, Totenveieli, Totenblätter.

Zu der Gattung *Vinca* gehören über 10 Arten, die in Europa bis Westasien verbreitet sind. Wild findet man das Immergrün bis auf 1000 m ü. M. in Eichen-Hainbuchen-Wäldern, am Waldrand und in Ruinen sowie angepflanzt in Ziergärten und auf dem Friedhof. Es bevorzugt schattige bis halbschattige Standorte mit wechselnd feuchten, schwach sauren bis schwach basischen, nährstoffreichen Böden.

Das Kleine Immergrün gehört zu den Hundsgiftgewächsen, den sogenannten Apocynaceae, und ist somit verwandt mit *Rauwolfia* und *Strophanthus*. Es ist ein mehrjähriger, unten verholzender Kleinstrauch, dessen milchsaftführende Triebe bis zu 2 m lang und 20 cm hoch werden können. Die Triebe können in den Nodien auch Wurzeln austreiben und sich so als Bodendecker ausbreiten. An den Trieben sitzen gegenständig angeordnete, gestielte, ganzrandige, eiförmig bis lanzettliche, immergrüne, ledrige Blättchen. Deren Oberfläche ist dunkelgrün glänzend, die Unterseite deutlich heller.

Von März bis Juni erscheinen in den Blattachseln der diesjährigen Triebe langgestielte, himmelblaue bis violette, selten weiße Blüten mit fünf zu einer Röhre verwachsenen Blütenblättern, die an kleine Windrädchen erinnern. Ab und zu findet man jedoch auch bis in den Spätherbst hinein blühende Triebe.

Nach Bestäubung durch Schmetterlinge, Bienen und Wollschweber (eine Familie aus der Unterordnung der Fliegen) bilden sich Doppel-Balgfrüchte mit Samen, die von Ameisen verbreitet werden und ab und an sogar neue Pflänzchen bilden. Wesentlich effektiver ist jedoch die vegetative Vermehrung über die Wurzel-austreibung an den Nodien. Sämtliche Pflanzenteile sind giftig.

Das Immergrün wird arzneilich wenig verwendet. Es stammt meist aus Kulturen. Geerntet wird das blühende Kraut von April bis Mai.

Inhaltsstoffe und Wirkungen

Traditionell verwendet wurde das Kraut des Immergrüns (*Vinca minoris herba*). Als Inhaltsstoffe finden sich im Kraut Indolalkalo-



Abb. 2 Die langen Triebe des kleinen Immergrüns bleiben auch im Herbst und Winter grün. Quelle: Cornelia Stern

ide wie Vincamin, das sehr bitter schmeckende Vincin, Apovincamin sowie glykosidisch gebundene Flavonoide. Die Immergrün-Alkaloide wirken blutdrucksenkend, indem sie die Blutgefäße erweitern. Sie senken auch Cholesterin im Blut und wirken so prophylaktisch gegen Arteriosklerose. Auch ein blutzuckersenkender Effekt sowie eine verbesserte Durchblutung und Sauerstoffaufnahme sowie -verwertung im Gehirn konnte beobachtet werden.

Traditionelle Anwendung

Volksheilkundlich beziehungsweise in der Traditionellen Heilkunde wurde das Immergrün eingesetzt bei Hypertonie und Hypercholesterinämie, bei Arteriosklerose, bei zerebralen Durchblutungsstörungen und Durchblutungsstörungen des Innenohrs wie beispielsweise bei Tinnitus und Schwindel.

In der Rationalen Phytotherapie wird das Immergrün aufgrund seiner Toxizität nicht mehr eingesetzt. Die Kommission E hat dem Immergrünkraut eine negative Monografie erstellt, da die Wirksamkeit nicht ausreichend belegt werden konnte bei gleichzeitig vorhandenen Risiken. Zu den Risiken wurden vor allem Blutbildveränderungen gezählt, die im Tierversuch beobachtet wurden.

Das isolierte Hauptalkaloid Vincamin hingegen wurde bis vor kurzem in Form verschreibungspflichtiger Fertigpräparate bei zerebralen Durchblutungsstörungen wie vaskulärer Demenz, retinalen Durchblutungsstörungen und bei Post-Infarkt-Behandlungen eingesetzt. Durch die Entwicklung synthetischer Arzneimittel zur

Behandlung dieser Erkrankungen ist auch Vincamin fast komplett aus der heutigen Medizin verschwunden – wobei bei der vaskulären Demenz Vincamin eine Alternative darstellen könnte, insbesondere wenn die gebräuchlicheren Medikamente wie Memantine und Acetylcholinesterase-Hemmer keine Verbesserung gebracht haben.

Nebenwirkungen und Kontraindikationen

Aus der Literatur sind Blutbildveränderungen wie Leuko- und Lymphopenie bekannt. Allergische Reaktionen der Haut (chronische Urtikaria) und eine Verstärkung allergischer Reaktionen, zum Beispiel bei Asthmatikern, sind möglich.

Bei Überdosierung können zudem starker Blutdruckabfall, Übelkeit, Erbrechen, Herzklopfen, Schwindel und Schlafstörungen auftreten.

Als Kontraindikationen gelten Schwangerschaft und Stillzeit. Ebenso ist Vorsicht geboten nach Herzinfarkten, akuten Hirninfarkten, Hypokaliämie und Herzrhythmusstörungen. Nach Überdosierung wirkt Vincamin am Herz negativ inotrop und chronotrop.

Immergrün in der Homöopathie

Im Gegensatz zur Phytotherapie spielt das Immergrün in der Homöopathie eine nicht unbedeutende Rolle. Schon Hahnemann schätzte diese Heilpflanze und nannte sie in seinem Apothekerverlexikon Bärwinkelsingrün. Die Urtinktur wird aus dem frischen, blühenden Kraut hergestellt. Geprüft wurde die Arznei von Rosenburg, der die Ergebnisse im Archiv für homöopathische Heilkunst, Band 19 veröffentlichte.

Im Gegensatz zur Pflanzenheilkunde, in der das Immergrün vor allem eine Wirkung auf die Blutgefäße aufweist, zeigen sich in der Homöopathie Wirkungen auf der Haut. Besonders Hautausschläge (auf der Kopfhaut) mit übelriechenden und das Haar verfilzenden Absonderungen sind typisch für dieses Mittel. Schwäche und extreme Müdigkeit, als wolle das Leben verlöschen, gehören ebenso dazu.

Immergrün in der Spagyrik

In der Spagyrik ist das Immergrün ebenfalls ein wichtiges Mittel. Mit seinem immergrünen, ledrigen Blätterkleid wird es dem Planetenprinzip des Saturns unterstellt. Saturn steht für das Alter, für die Endzeit, für Übergänge. Paracelsus nannte das Immergrün eine wichtige Schutzpflanze mit der Schutzsignatur des Fünfsterns (die fünf Blütenblätter).

Im körperlichen Bereich wird das spagyrisch aufbereitete Immergrün eingesetzt bei:

- Durchblutungsstörungen, insbesondere des Gehirns zur Förderung der Konzentrationsfähigkeit und des Gedächtnisses sowie bei Schwindel, Ohrgeräuschen, verminderter Durchblutung der Retina bis hin zu Demenz und Folgen von Schlaganfällen

- Stoffwechselerkrankungen, in unterstützender Form zur Senkung von hohem Blutdruck, erhöhten Cholesterinwerten (und damit Arteriosklerose) und erhöhten Blutzuckerwerten bei gestörter Glukosetoleranz und Diabetes Typ 2
 - chronischen Hauterkrankungen wie juckenden, nässenden oder schorfbildenden Ekzeme wie beispielsweise Milchschorf
 - passiven Blutungen aus Nase und Gebärmutter
 - geriatrischen Indikationen (eines der wichtigsten Geriatrika)
- Im psychisch-seelischen Bereich wird Immergrün verwendet:
- zur Stärkung bei schwindender Lebenskraft
 - für mehr Zuversicht bei tiefer Traurigkeit
 - zur Unterstützung bei Angst vor dem Tod und der Furcht zu sterben

Signatur

Das Wesen des Immergrüns eröffnet ein weites Feld für seinen Einsatz als Heilmittel. Besonders auffallend sind die blau-violetten Blüten, die das Immergrün wie kleine Windrädchen keck in die Höhe streckt. Sie sehen aus, als würden sie sich sogleich zu drehen beginnen, ja fast, als wären sie schon in Bewegung. Die Signatur, die sich daraus ablesen lässt, ist in der Tat die Aktivität, der Tatendrang, die Motivation, Dinge in Bewegung zu bringen, wieder aktiv zu werden und nicht in einem lähmenden Zustand verharren zu müssen.

Als immergrüne Pflanze zeigt das Immergrün auch eine immerwährende Vitalität. Es verliert im Herbst die Blätter nicht und selbst in der Kälte und bei Schnee im Winter bleibt es stoisch stark und vital. Dies drückt eine belebende, frische und dennoch ausdauernde Lebensweise aus. Schöner kann eine Pflanze nicht zeigen, dass sie im späten Lebensabschnitt Kraft gibt und unterstützt, wenn vieles langsamer und unbeweglicher wird.

Darreichungsformen

Aufgrund der Immergrün-Alkaloide empfiehlt es sich, homöopathische und spagyrische Fertigpräparate einzusetzen. Tee- und Tinkturzubereitungen sind aufgrund fehlender Standardisierung nicht geeignet.

Fertigpräparate

- **Basilicum Oligoplex, Tropfenmischung** (Fa. MEDA Pharma): zur Behandlung von Magen-Darm-Beschwerden. **Dosierung:** Bei akuten Zuständen jede halbe bis ganze Stunde, höchstens 6 × tgl. je 5 Tr. einnehmen. Bei chronischen Verlaufsformen 1–3 × tgl. je 5 Tr. einnehmen.
- **Cutral spag. Peka Salbe** (Fa. Pekana): zur unterstützenden Behandlung von Hauterkrankungen (auch mit Eiterungen), bei Hautentzündungen, nässenden Ekzemen, Geschwürbildung, Schleimhautblutungen, Juckreiz. **Dosierung:** 1–2 × tgl. auf die betroffene Stelle auftragen.
- **Myrtillus F Komplex 31 Dil.** (Fa. Nestmann): zur unterstützenden Behandlung von diabetogener Stoffwechsellage, bei Pusteln und Pruritus, Ödemneigung und Furunkulose.

Dosierung: Bei akuten Zuständen jede halbe bis ganze Stunde, höchstens 6 × tgl. je 5 Tr. vor oder zwischen den Mahlzeiten mit 1 TL Wasser einnehmen. Bei chronischen Verlaufsformen 1–3 × tgl. je 5 Tr. mit 1 TL Wasser einnehmen.

- **Staphisagria-E-Komplex Tropfen** (Fa. Hanosan): zur unterstützenden Behandlung von Neurodermitis, Hauterkrankungen, Kopfhauterkrankungen, Hauteiterungen, Hautausschlägen, Augenentzündung, Hautjucken, nässenden Ekzemen und trockenen Hauterkrankungen. **Dosierung:** Bei akuten Zuständen jede halbe bis ganze Stunde, höchstens 12 × tgl. je 5–10 Tr. einnehmen. Bei chronischen Verlaufsformen 1–3 × tgl. je 5–10 Tr. mit 1 TL Wasser einnehmen.
- **Synergon Komplex 9a Urtica Tropfen** (Fa. Kattwiga): zur unterstützenden Behandlung von Akne, nässenden Ekzemen, Ichthyosis und Psoriasis. **Dosierung:** Bei akuten Zuständen jede halbe bis ganze Stunde, höchstens 6 × tgl. je 5 Tr. einnehmen. Bei chronischen Verlaufsformen 1–3 tgl. je 5 Tr. einnehmen.
- **Viscum album Komplex Nr. 51 Dil.** (Fa. Nestmann): zur unterstützenden Behandlung von venösen Durchblutungsstörungen und starker Menstruation. **Dosierung:** Bei akuten Zuständen jede halbe bis ganze Stunde, höchstens 6 × tgl. je 5 Tr. einnehmen. Bei chronischen Verlaufsformen 1–3 × tgl. je 5 Tr. einnehmen.

Als homöopathisches Einzelmittel ist Vinca minor ab D2 erhältlich (Fa. Gudjons, Arcana, DHU, Spagyros [CH]). Auch spagyrisch aufbereitet ist Vinca minor erhältlich (Fa, Spagyrik Pharma Produktions GmbH, Spagyros [CH], Phylak, Heidak). ●

☐ Dieser Artikel ist online zu finden:
<http://dx.doi.org/10.1055/a-1673-5891>



CORNELIA STERN

Cornelia Stern ist Apothekerin mit Spezialisierung in Naturheilkunde. Zusammen mit ihrem Mann leitet sie die Freiburger Heilpflanzen- und Spagyrik-Schule und ist als Dozentin für Phytotherapie, Spagyrik, Gemmotherapie und Klassische Homöopathie tätig. Zudem ist sie Autorin der Bücher „Gemmotherapie“ und „Die Heilkraft der Pflanzenknospen“ sowie

Mitherausgeberin der DHZ und der „Heilpflanzen“, der neuen Heilpflanzenzeitschrift im Haug-Verlag.

E-Mail: cornelia.stern@heilpflanzen-schule.de

Internet: www.heilpflanzen-schule.de