

# Arzneipflanze des Jahres 2012

## Süßholz – *Glycyrrhiza glabra*

### INFOS

Der »Studienkreis Entwicklungsgeschichte der Arzneipflanzenkunde« kürt das Süßholz zur Arzneipflanze des Jahres 2012. Bei dieser Wahl soll nicht nur auf die vielfältige Wirkung einer Arzneipflanze hingewiesen werden, sondern – in Zusammenarbeit mit dem WWF und seiner Partnerorganisation TRAFFIC – auch auf die Wildsammlung als eine weit verbreitete Gewinnung von Arzneipflanzen. Die Süßholzwurzel ist außerdem ein Hauptbestandteil der Lakritze und vieler Kräuterliköre.

Eine Abkochung von zerkleinerter Süßholzwurzel als heißen Tee getrunken hilft sehr schnell bei rauer Stimme und Hustenreiz. Schon die Ägypter und die griechischen Ärzte schätzten die Pflanze und nutzten sie u.a. gegen Husten, Heiserkeit, Asthma und Brustbeschwerden, aber auch bei Leber-, Nieren- und Blasenleiden. Nach Hildegard von Bingen soll Süßholz sogar »mild stimmen«, also eine positive Wirkung auf die Psyche haben.

### Weite Verbreitung vom Mittelmeer bis Ostasien

Die Süßholzwurzel stammt von einer verholzenden Staude, die eine Höhe von bis zu einem Meter erreicht und zu den Schmetterlingsblütlern (Fabaceae) gehört. Die Pflanze ist im Mittelmeerraum, Kleinasien und Kaukasus bis Iran, Afghanistan, Zentralasien und Südrussland (*G. glabra*) bzw. in Ostasien (*G. inflata*, *G. uralensis*) heimisch. Süßholz wird fast in seinem gesamten Verbreitungsgebiet aus Wildbeständen gesammelt. Die Pflanze wird außerdem in der Türkei, China, Russland, Bulgarien, Italien, Spanien sowie Südfrankreich für die

Arznei- und Genussmittelherstellung angebaut. Verwendet wird ausschließlich die Wurzel (*Liquiritiae radix*) mit ihren Ausläufern, die eine enorm große Anzahl an Inhaltsstoffen besitzt: Bisher sind 400 verschiedene Substanzen beschrieben worden. Zu den wichtigen zählen die Saponine (bis zu 15%) mit Glycyrrhizin, eine Verbindung, die nahezu die 50-fache Süßkraft von Rohrzucker besitzt, sowie 24-Hydroxyglycyrrhizin, mit der fast 100-fachen Süßkraft von Rohrzucker. Außerdem finden sich Flavonoide, Cumarine und etwa 10% Schleimstoffe (Polysaccharide).

### Anwendungen und Wirkung

Das Glycyrrhizin hat entzündungshemmende und schleimhautschützende Wirkung. Zudem ist eine antivirale und krampflösende Wirkung belegt. Süßholz erhöht die Schleimhautsekretion und be-

sitzt eine auswurfördernde Wirkung. Ihre Inhaltsstoffe sind hilfreich bei Entzündungen der Magenschleimhaut und können Magengeschwüren vorbeugen. Süßholzwurzel wird bei Katarrhen der oberen Atemwege, bei Husten, Bronchialkatarrhen und Entzündungen der oberen Atemwege empfohlen, außerdem bei Gastritis und Magengeschwüren. In der Erfahrungsheilkunde wird die Wurzel auch bei Sodbrennen verwendet. Ohne ärztliche Rücksprache sollte Süßholzwurzel nicht länger als 4 Wochen eingenommen werden. In Einzelfällen kann es bei chronischer Anwendung zu Hypokaliämie und Hypertonie kommen.

Bekannt als »gan cao« ist Süßholz bis heute als Standardheilmittel ein fester Bestandteil der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). In der TCM gehört Süßholz zu den wichtigsten eingesetzten Pflanzen im Rahmen der sogenannten 50 Basiskräuter.



© Georges Seguin

Süßholzwurzel auf einem Markt in Südfrankreich.



Frisch gegraben: Süßholzpflanze mit Wurzel

Außer in China wird Süßholz gegenwärtig in vielen anderen asiatischen Ländern medizinisch verwendet. Die Arzneipflanze ist nicht nur in den traditionellen Pharmakopöen Japans, Koreas und Vietnams vermerkt – sie wird auch in der tibetischen Medizin sowie den Heilbüchern der Ayurveda und Unani in Südasien eingesetzt. In Ostasien setzt man die Glycyrrhizinsäure zusammen mit weiteren Stoffen auch bei Leberleiden wie Hepatitis und Leberzirrhose ein. Für einzelne Inhaltsstoffe konnte eine erhebliche Wirkung als Radikalfänger nachgewiesen werden.

Zahlreiche Forschungsaktivitäten weltweit geben Anlass zu der Hoffnung, dass die Süßholzwurzel in Zukunft auch für andere Anwendungsgebiete eingesetzt werden könnte, z.B. bei viralen Infektionen, sodass das Phänomen Süßholz seine hohe Reputation durch alle Epochen und Kulturen fort-

setzt. Auch heute ist die arzneiliche Bedeutung der Süßholzwurzel unbestritten. Sie fand Eingang in das Europäische Arzneibuch und eine Monografie des HMPC (Committee on Herbal Medicinal Products der Europäischen Arzneimittelagentur EMA) befindet sich im Entwurf.

### Wirtschaftliche Bedeutung

Allein im deutschen Markt werden etwa 100 t Süßholzwurzel im Jahr als Bestandteil von Arzneitees konsumiert. Durch die süßende Wirkung ist auch eine Verwendung in Lebensmitteltees üblich.

### Die Wildsammlung und der »FairWild«-Standard

Bei einer solchen Verbrauchsmenge stellt sich die Frage nach der verantwortlichen Beschaffung hochwertiger pharmazeutischer Rohstoffe. Hier existieren kontrollierte Anbauprojekte, aber auch die kontrollierte Wildsammlung der Süßholzwurzeln wird erfolgreich praktiziert. Bei der Wildsammlung werden die Pflanzen an ihrem natürlichen Wuchsort geerntet. Damit sind weder Düng- noch Pflanzenschutzmittel oder Bodenverbesserungsmaßnahmen nötig. Die Pflanzen sollen ohne einen weiteren Flächenverbrauch in ihrem natürlichen Habitat gewonnen werden, wobei die lokalen Bevölkerungsgruppen einzubinden sind. Diese Form der Rohstoffgewinnung nennt sich »kontrollierte, nachhaltige Wildsammlung«. Dabei wird insbesondere darauf geachtet, nicht zu »übersammeln«, also nur so viel zu entnehmen, wie auch nachwachsen kann. Nur so

### Süßholz raspeln

Diese noch gar nicht so alte Redensart ist Ausdruck für eine (übertriebene) Schmeichelei und nimmt vermutlich Bezug auf die übliche Zerkleinerung der Wurzel zur Herstellung von Süßwaren. Zu Beginn des 17. Jh. hieß es noch: »gib gute wort ausz, du darffst sie nicht kauffen, nimb suesholtz ins maul dasz dir die gall nicht ausz dem hertzen schmeck«.

kann der Bestand auf lange Zeit genutzt werden und dadurch auch weiterhin eine wünschenswerte Einkommensquelle für die ländliche Bevölkerung bilden.

Die Wildsammlung als wichtige Quelle zahlreicher pharmazeutischer Rohstoffe kann nur auf diese nachhaltige und schonende Weise eine Zukunft haben. Dabei sollte nicht nur die Pflanze selbst, sondern das traditionellen Wissen und die professionelle Tätigkeit der Sammler als ein besonderer Wert geschätzt werden. Seit Kurzem gibt es deshalb die Möglichkeit, verbindliche Managementpläne für Arzneipflanzen aufzulegen und sogar nachhaltige Wildsammlungsprojekte zu zertifizieren: Der von WWF und TRAFFIC mitentwickelte »FairWild«-Standard stellt eine nachhaltige Wildsammlung unter Erhalt der natürlichen Ressourcen mit einem fairen Preisgefüge sicher. So kann die Wertschöpfung entlang der Lieferketten realisiert werden und dem Verbraucher über das entsprechende FairWild-Siegel kommuniziert werden.

Forschergruppe Klostermedizin  
[www.klostermedizin.de](http://www.klostermedizin.de)