

Arzneipflanze des Jahres 2007

Hopfen (*Humulus lupulus*)

s. Zeitschrift für Phytotherapie 2/2003, 70-81 u. 93-98)

Der Würzburger Studienkreis Entwicklungsgeschichte der Arzneipflanzenkunde <http://www.uni-wuerzburg.de/sonstiges/meldungen/single/artikel/hopfen-ist> hat den Hopfen (*Humulus lupulus*) zur Arzneipflanze des Jahres 2007 gekürt.



Hopfen, *Gemeiner Hopfen*, *Humulus lupulus*: rechtswindende Kletterpflanze aus der Familie der Maulbeergewächse (Moraceae). Die 2häusige Pflanze über- dauert mit einer starken, weitverzweigten Wurzel. Sie bildet bis 12 m lange die Kletterhaken besitzen.

Die Blätter sind langgestielt und meist handförmig geteilt. Die Pflanze ist rau behaart. Die männlichen Blütenstände sind rispig, die weiblichen ährig (H.dolden). Ihre

Blüten vergrößern sich zu eiförmigen Fruchtständen (H.zapfen). Die zuerst gelblich-grünen, später gelbbraunen Fruchtschuppen besitzen am Grund zahlreiche Harzdrüsen (H.drüsen). Die Frucht ist eine Nuß.

Vom H. existieren mehrere Varietäten und Zuchtsorten, die sich durch Blattform und Drüsendichte unterscheiden.

Blütezeit: Juli, August.

Vorkommen: der H. ist in Europa, Westsibirien, Westasien und Nordamerika verbreitet. seine ursprüngliche Heimat ist nicht bekannt. Wildwachsend ist die Pflanze in Auen- und Niedlungswäldern sowie Gebüsch und an Zäunen anzutreffen. Die weiblichen Pflanzen werden zur Drogengewinnung in Dauerkulturen angebaut. Die Kulturen bestehen meist langjährig und fallen in der Landschaft durch die hohen Klettergerüste für die H.pflanzen auf. In diesen Kulturen werden die weiblichen Pflanzen vegetativ vermehrt, eine Bestäubung der Zapfen darf nicht erfolgen.

Drogengewinnung: die Fruchtstände werden bei Reifebeginn in den Monaten Juli bis September maschinell oder manuell geerntet und bei 40 bis 50 °C getrocknet.

Drogenbeschreibung: die Droge (H.zapfen, *Lupuli strobulus*) besteht aus den getrockneten Blütenständen. Die Schnittdroge ist gekennzeichnet durch die dünnen, trockenhäutigen, hellgelblichgrünen Stückchen der Neben- und der Vorblätter. Sie sind deutlich parallelnervig und tragen teilweise gelbe Drüsenhaare. Die Droge besitzt einen aromatischen Geruch und schmeckt bitter. Eine weitere Droge des H. (H.drüsen, H.mehl, *Lupuli glandula*), die aus den Drüsenhaaren besteht, wird von den H.früchten durch Absieben gewonnen. Sie bildet ein grünlichgelbes oder orangegelbes, klebriges Pulver. Die Droge riecht stark würzig und schmeckt würzig und bitter.

Inhaltsstoffe: die H.zapfen enthalten Bitterstoffe, unter denen Humulon und Lupulon überwiegen. Alle Bitterstoffe sind wenig stabil. Sie werden bei der Lagerung allmählich in harzige Komponenten umgewandelt. Dabei bildet sich auch Methylbutenol. Der Bitterstoffgehalt ist in den H.zapfen höher als in den H.früchten. Beide enthalten ätherisches Öl (darin wurden bisher mehr als 100 Bestandteile nachgewiesen). In den H.zapfen sind ferner Gerbstoffe (in den H.drüsen in geringer Menge) sowie Flavonoide und Harze enthalten.

Wirkung und Verwendung: die H.zubereitungen (H.tee, H.extrakt) wirken mild beruhigend und schlaffördernd. Diese Wirkung wird auch auf den Gehalt der Droge an flüchtigem Methylbutenol zurückgeführt. Aufgrund des Bitterstoffgehaltes wirkt die Droge außerdem verdauungsfördernd und appetitanregend, da sie die Magensaftbildung fördert. Die H.zapfen werden allein oder als Bestandteil von Beruhigungstees bei Unruhe, Angst, Spannungszuständen und Schlafstörungen angewendet. Die H.extrakte sind in verschiedenen Fertigarzneimitteln (Tropfen, Dragees, Zäpfchen) enthalten. Zur Bereitung des Teeaufgusses wird 1 gehäufte Eßlöffel Droge (0,5 g) mit 1 Tasse (150 ml) siedendem Wasser übergossen und 15 Minuten bedeckt stengelassen. Der Teeaufguß wird durch ein Sieb abgossen. 2- bis 3mal täglich und vor dem Schlafengehen wird eine Tasse Tee getrunken.

In der Volksmedizin wird die Droge auch bei Blasenentzündungen und äußerlich zur Behandlung von Hautverletzungen angewendet. Sie gilt ferner als Mittel gegen sexuelle Übererregbarkeit (Anaphrodisiakum). Die H.drüsen werden als Beruhigungsmittel (je Einnahme 1 Messerspitze; 0,3 g) benutzt. Der Hauptverwendungszweck des H. ist der Einsatz in der Bierbrauerei. Die H.bitterstoffe verleihen dem Bier den würzigen Geschmack und wirken konservierend.

Nebenwirkungen: nicht bekannt.

Geschichtliches: für die Bierbrauerei wurde der H. in Mitteleuropa seit dem Mittelalter überall in Sonderkulturen angebaut, worauf noch zahlreiche Flur- und Ortsnamen (z. B. Hoppegarten bei Berlin) hinweisen. Daneben erfolgte in Niederungsgebieten (z. B. im Spreewald) noch bis in das 18. Jahrhundert eine Nutzung des wildwachsenden H. Schon im 18. Jahrhundert dienten Kraut, Ausläufer und Fruchtdolden des H. auch als Arzneimittel, insbesondere gegen Verstopfung, Harnverhalten und Ausbleiben der Regelblutung. Die Extrakte aus der Droge wurden in Form von Salben und Bädern bei Hauterkrankungen genutzt. Außerdem fanden auch sogenannte H.kissen (mit H.zapfen gefüllte Kopfkissen), deren Wirksamkeit bei Schlafstörungen durch die flüchtigen Hopfeninhaltsstoffe erklärbar ist

(Text aus Ennet und Reuter: Lexikon der Pflanzenheilkunde, Hippokrates-Verlag 1998)