

# Arzneipflanze des Jahres 2004

## Mentha piperita (Pfefferminze)

Die Pfefferminze wurde vom Studienkreis „Entwicklungsgeschichte der Arzneipflanzenkunde“ an der Universität Würzburg zur Arzneipflanze des Jahres 2004 gewählt.

**Pfefferminze**, Katzenkraut, *Mentha piperita*: ausdauernde, bis 90 cm hohe krautige Pflanze aus der Familie der Lippenblütengewächse (Lamiaceae). Die P. bildet aus einem holzigen Wurzelstock aufrechte ästige Stengel sowie oberirdische und unterirdische Ausläufer. Die Stengel sind oft rötlich überlaufen und 4kantig. Die kreuzgegenständigen Blätter sind kurzgestielt, eiförmig bis lanzettlich und am Rand ungleich scharf gesägt. Die hellvioletten oder hellrötlichen Blüten stehen sehr dicht in walzigen Scheinähren. Die Pflanze besitzt einen charakteristisch aromatischen Geruch. Die Frucht zerfällt in 4 einsamige Klausen (Nüßchen).



Blütezeit: Juni, Juli.

Vorkommen: die P. ist eine durch Züchtung aus der Bachminze, *Mentha aquatica* und der Ährenminze, *Mentha spicata*, erhaltene Art. Sie wird ausschließlich durch die zahlreichen Ausläufer (vegetativ) vermehrt. Es existieren mehrere Anbausorten mit etwas unterschiedlichem Aussehen. Verwildert ist sie im Unterschied zu anderen Minzenarten selten anzutreffen. Die P. wird in Europa sowie in Nord- und Südamerika angebaut. Im 2. Jahr der Kultur bringt sie den höchsten Ernteertrag.

Drogenengewinnung: zu Beginn der Blütezeit erfolgt der erste Schnitt, der zweite im September. Das Kraut wird maschinell geerntet und in speziellen Anlagen bei Temperaturen bis 45 °C getrocknet. Die Abtrennung der Stengelteile

erfolgt nach der Zerkleinerung des getrockneten Krautes.

Drogenbeschreibung: die Droge (Pfefferminzblätter, *Menthae piperitae folium*) besteht aus den getrockneten Blättern und Triebspitzen. Die Schnittdroge ist gekennzeichnet durch die dünnen, dunkelgrünen, leicht zerbrechlichen Blattstücke, die zum Teil den scharf gesägten Rand erkennen lassen. Auf der Blattunterseite tritt die netzartige Nervatur deutlich hervor. Die Blattadern und Blattstiele sind meist violett überlaufen. Auch einzelne Stengelteile sind vorhanden. Die Droge riecht charakteristisch aromatisch und schmeckt würzig aromatisch und kühlend.

Inhaltsstoffe: die Droge enthält 0,5 bis 3% ätherisches Öl, das aus mehr als 130 Substanzen besteht. Für die Qualität des ätherischen Öls sind die Bestandteile Menthol (35-45%), Menthylacetat, Menthon (15-20%), Menthofuran und Jasmon entscheidend. Daneben sind in der Droge Gerbstoffe, Triterpene und Flavonoide enthalten.

Wirkung und Verwendung: die Zubereitungen der Droge (Teeaufguß, Tinktur) haben eine mild krampflösende, beruhigende, blähungstreibende und galletreibende Wirkung. Diese Effekte werden vorwiegend durch das ätherische Öl, aber wahrscheinlich auch durch die Flavonoide hervorgerufen. Insbesondere bewirkt die Droge eine deutliche Steigerung der Gallensaftbildung. Die Gerbstoffe der Droge wirken etwas stopfend. Der charakteristische kühlende Geschmack ist durch das Menthol bedingt. Hauptanwendungsgebiete des Tees und der Pfefferminztinktur leichte kolikartige Leibschmerzen und Gallenbeschwerden. Die Pfeffer-

minzblätter gehören zu den wichtigsten Drogen, die arzneilich genutzt werden. Sie sind auch Bestandteil zahlreicher Teemischungen, da sie deren Geruch und Geschmack verbessern. Zur Bereitung des Teeaufgusses wird 1 Eßlöffel Droge (1,5g) mit 1 Tasse (150 ml) siedendem Wasser übergossen und 10 bis 15 Minuten bedeckt stehengelassen. Der Teeaufguß wird durch ein Sieb abgossen. 3- bis 4mal täglich wird 1 Tasse frisch bereiteter Tee warm zwischen den Mahlzeiten getrunken.

Die Droge ist auch Bestandteil von Fertigerzeugnissen, die zur Behandlung von Verdauungsbeschwerden und als leichte Beruhigungsmittel benutzt werden. Neben den Pfefferminzblättern findet pharmazeutisch auch das durch Wasserdampfdestillation aus dem Kraut gewonnene ätherische Pfefferminzöl (*Menthae piperitae aetheroleum*) Verwendung. Es wird in Fertigerzeugnissen zur Behandlung von Leber- und Gallenbeschwerden und äußerlich bei Muskel- und Nervenschmerzen sowie bei Katarrhen der Atemwege benutzt. Gegenanzeige: Bei Gallensteinen sollte vor der Anwendung ein Arzt konsultiert werden. Bei Säuglingen und Kleinkindern sollten pfefferminzölhaltige Zubereitungen nicht im Gesicht, speziell an der Nase, angewendet werden.

In der Volksmedizin wird die Droge bei Übelkeit infolge Überlastung des Magens, Brechreiz und bei Erkältungskrankheiten verwendet. Die Wirksamkeit bei Übelkeit und Brechreiz ist durch Erfahrungen belegt.

Nebenwirkungen: auch bei Dauergebrauch der Droge nicht bekannt.

Geschichtliches: bei der P. handelt es sich um eine Kreuzung zwischen der Bachminze (*Mentha aquatica*) und der Ährenminze (*Mentha spicata*), die im 17. Jahrhundert durch spontane Hybridisation in England entstanden ist. Die erste sichere Erwähnung fand diese Art 1696 bei dem englischen Botaniker John Ray (1628 bis 1705), der sie aus Kulturen in Herfordshire erhalten hatte. Von England gelangte die P. durch vegetative Vermehrung auch in andere europäische und überseeische Länder. In Deutschland verbreitete sich diese zunächst als "Englische Minze" bezeichnete Arzneipflanze erst im letzten Viertel des 18. Jahrhunderts. Wegen ihres besonders intensiven Geruchs und Geschmacks erhielt sie damals den Namen P. und setzte sich schnell durch. Um 1825 wurde sie bereits häufig in den Gärten gezogen.