

# Zurück aus der Vergessenheit

**ANDORN:** Die große Heilpflanze der Klostermedizin ist Arzneipflanze 2018 und rückt so wieder mehr ins Bewusstsein.

Johannes Gottfried Mayer und Tobias Niedenthal

**NUR WENIGE** kennen ihn wirklich, den Andorn, botanisch *Marrubium vulgare*. Bei Nachfragen denken viele an Sanddorn oder ähnliche, dornige Sträucher. Dabei handelt es sich bei Andorn um einen ausdauernden Lippenblütler (Lamiaceae). Seine unverzweigten Stängel können bis zu 80 cm hoch werden. Sein Hauptmerkmal sind die gräulichen, runden bis herzförmigen Blätter mit ihrem tief eingesenkten Nervenetz. Die kleinen, weißen Blüten stehen in vielblütigen, kugeligen Scheinquirlen. Die Blütezeit erstreckt sich vom Mai bis zum August.

Dass selbst an Heilpflanzen sehr interessierte Laien oft passen müssen, wenn vom Andorn die Rede ist, liegt wohl daran, dass die Pflanze inzwischen in unserer heimischen Natur kaum noch anzutreffen ist. Seine ursprüngliche Heimat sind die nördlichen Küstengebiete des Mittelmeers und des Schwarzen Meeres. Nördlich der Alpen war der Andorn früher häufiger zu finden, verwildert aus dem kulturellen Anbau.

Vom Zeitalter der Klostermedizin bis weit in die Neuzeit hinein zählte er zu den beliebtesten Heilpflanzen überhaupt, was hier in einer ausführlicheren Geschichte der Pflanze dokumentiert werden soll. Auch die aktuelle Zulassung (siehe „Andorn aktuell“, S. 58) bezieht sich auf die Tradition in Europa.

## Andorn in der Antike

Die antike Medizin nutzte den Andorn ausgiebig. So schrieb auch der griechische Arzt Dioskurides um 60 nach Chr. in seiner „Materia medica“ – der wichtigsten Arzneimittellehre der Antike – über „Prasion“, so wie der Andorn auf Altgriechisch heißt. Er empfahl die Blätter oder die Samen bei Atemwegserkrankungen



Foto: © Adobe Stock/Jill

(Phthisis, Asthma, Husten) als Tee oder als frisch gepresster Saft mit Honig. Als weitere Anwendungen führte Dioskurides ausbleibende Menstruation, schwere Geburt, Austreibung der Nachgeburt, Tierbisse, Geschwüre, Ohrenschmerzen und Gelbsucht auf. Mit Wein und Honig als Salbe angewandt, soll Andorn die Sehkraft verbessern [1].

Auch Plinius der Ältere (23/24–79 n. Chr.) lobte in seiner großen Natur-Enzyklopädie „Naturalis historia“ (Buch 20, S. 241–244) den Andorn außerordentlich als „eines der vorzüglichsten Kräuter“. Die Blätter und Samen sollen bei Brust- und Seitenschmerzen (Lungen- oder Brustfellentzündung), bei hartnäckigem Husten und blutigem Auswurf sowie gegen Schlangenbiss hilfreich sein. Wie kaum ein anderes Mittel galt Andorn in der Antike als wirksam gegen Gifte. Plinius führt als Indikationen darüber hinaus Erkrankungen der männlichen Geschlechtsteile, Flechten, Brüche, Verstauchungen, Krämpfe und Sehnenerkrankungen auf. Mit Salz und Essig eingenommen, soll Andorn abführend wirken, die Menstruationsblutung fördern, Ohren- und Nasenleiden lindern sowie bei Gelbsucht und der Verminderung der Galle helfen. Die Verminderung der Galle überrascht, denn Andorn hat eine chologoge Wirkung. Außerdem soll der Andorn die Sehkraft verbessern, Abszesse öffnen und bei Hundebissen eingesetzt werden können.

Plinius nannte also eine ungewöhnlich große Anzahl von Indikationen für den Andorn. Seine „Naturalis historia“ war eine der wichtigsten Quellen der Klostermedizin. Die Andorn-Indikationen von Dioskurides und Plinius werden deshalb fast immer in den Werken des Mittelalters genannt, wenn auch nicht vollständig.

Aus dem ausgehenden 4. Jahrhundert stammt ein volkstümlicher „Herbarius“ (Kräuterbuch), der auch „Pseudo-Apuleius“ genannt wird und im Mittelalter sehr beliebt war. Darin gehört das Marrubium-Kapitel (Kap. 45) zu den längsten. Der Andorn Tee wird hier als erstaunlich heilsam bei Husten beschrieben, der Pflanzensaft gegen Magenschmerzen

und Fieber verordnet. Darüber hinaus wird Andorn gegen Spulwürmer, Feigwarzen, Vergiftungen, Krätze und Schorf sowie Fußschmerzen und Krämpfen empfohlen [2].

### Andorn im Mittelalter

Auch Walahfrid Strabo, Abt des Inselklosters Reichenau im Bodensee, wusste um die Heilkraft des Andorns. Er widmete ihm das zehnte Kapitel seines Gedichtes „Liber de cultura hortarum“ (siehe S. 12). Marrubium sei ein „geschätztes, kräftig wirkendes Kraut“, das als bitterer Trank eingenommen schwere Beklemmungen der Brust löse, ganz besonders, wenn er sehr heiß getrunken wird. Er soll zudem bei Eisenhutvergiftung (durch Stiefmütter!) hilfreich sein [3].

Im „Macer floridus“ aus dem ausgehenden 11. Jahrhundert, dem meistgelesenen Kräuterbuch der Klostermedizin im Mittelalter, hat Andorn ebenfalls seinen wohlverdienten Platz. Er soll verschiedenen Leiden der Brust einschließlich Asthma und Husten heilen, die Geburt und die Nachgeburt beschleunigen, Wunden reinigen, Gelbsucht und Geschwüre heilen sowie die Sehkraft stärken. Mit Rosenöl wird er bei Ohrenschmerzen empfohlen [4].

In den heilkundlichen Werken der Hildegard von Bingen (siehe S. 60–63) spielt Andorn eine größere Rolle als Dinkel und Bertram, die heute als typische Hildegardpflanzen gelten. Der Äbtissin zufolge soll er bei Taubheit, Halsentzündung, Husten und Verletzungen der Eingeweide helfen („Physica“ 1.33). Gegen Husten empfahl sie einen Hustenwein mit Andorn, Fenchel und Dill [5] (siehe „Hustenwein nach Hildegard“, Kasten S. 42).

Auch die arabischsprachige Medizin hat den Andorn übernommen. Prominentestes Beispiel ist Avicenna beziehungsweise Ibn Sina (siehe S. 17), dessen medizinisches Hauptwerk, der „Canon medicinae“, um 1170 im spanischen Toledo ins Lateinische übersetzt wurde. Darin heißt es – kurz gefasst – im Kapitel 561 des 2. Buches: Der Saft nütze bei langwierigen Ohrenschmerzen und rei-

nige den Gehörsinn, mit Honig vermischt schärfe er den Visus. Er reinige Brust und Lunge durch die Produktion von Auswurf und öffne die Verstopfung von Leber, Milz (gesteigerter Gallenfluss) und Nieren (gesteigerte Diurese), fördere schwache Menstruation und reinige die Gebärmutter. Ein Pflaster aus Andorn mit Salz hergestellt wirke gegen den Biss des tobenden Hundes.

Eine Art Quintessenz der mittelalterlichen Arzneikunst bietet der „Gart der Gesundheit“. Das ist der erste große durchgehend illustrierte Druck eines Kräuterbuches in deutscher Sprache, erschienen bei Peter Schöffer in Mainz im Jahr 1485. In Anlehnung an Dioskurides werden als Indikationen für Andorn Beschwerden der Atemwege und Lunge (Phthisis, Husten, Seitenstechen) sowie schwere Geburt und die Austreibung der Nachgeburt angeführt. Auch die Verbesserung der Sehkraft, der Einsatz gegen Ohrenschmerzen sowie Nieren- und Harnwegserkrankungen und die Wundheilung fehlen nicht. Gegen Ende des Kapitels wird der Hustenwein nach Hildegard von Bingen mit Fenchel und Dill beschrieben, allerdings ohne die Äbtissin zu erwähnen.

Der „Gart der Gesundheit“ zählt zu den größten Erfolgen des frühen Buchdrucks, bis 1500 gab es zehn Nachdrucke. In der Überarbeitung des Frankfurter Stadtarztes Adam Lonitzer wurde das Werk als „Lonitzers Kräuterbuch“ bis zum Jahr 1783 gedruckt. Das Andorn-Kapitel bringt weiterhin alle Indikationen aus dem „Gart der Gesundheit“ und bietet darüber hinaus mehrere äußerliche Anwendungen gegen Grind, Schuppen, Hautflecken, Geschwüre und Darmwürmer. Zuletzt wird hervorgehoben, dass Andorn besonders bei Ohrenschmerzen, Wassersucht (Aszites), Harnwegsinfekten, Koliken und gegen die verstopfte Leber (Störungen des Gallenflusses) genutzt werden könne.

### Andorn in der frühen Neuzeit

Die Väter der Botanik des 16. Jahrhunderts – Otto Brunfels, Leonhart Fuchs und Hieronymus Bock – lieferten bezüg-

lich der Indikationen des Andorn nichts wesentlich Neues.

Der Berliner Professor Johann Ludwig Leberecht Lösecke (auch Löseke; 1724–1757) pries den Andorn in seiner sehr erfolgreichen „Abhandlung der auserlesensten Arzneimitteln“ und ging auch als einer der ersten auf Inhaltsstoffe ein. „Sie gibt wenig wesentliches Öl“, heißt es in der 3. Auflage von 1763, wobei ätherisches Öl gemeint ist. Lösecke zählt den Andorn wegen des bitteren, scharfen und herben Grundcharakters („Bestandwesen“) zu den „starken, auflösenden und stärkenden Mitteln“, die bei Verstopfungen der Gebärmutter (ausbleibende Menstruation), Leber, Milz, Lunge usw. als nützlich befunden worden sind [6].

### Andorn in der Moderne

Im 19. Jahrhundert trat die Anwendung des Andorns bei Atemwegserkrankungen immer stärker in den Vordergrund, so bei Christoph Wilhelm Hufeland (1762–1836) und bei Julius Clarus (1819–1863). Clarus, Professor der Universität Leipzig, schrieb in seinem „Handbuch der speziellen Arzneimittellehre“ (drei Auflagen von 1852–1860), dass Andorn vorwiegend bei chronischen Katarrhen des Magens und der Schleimhäute der Atemwege in Gebrauch sei (S. 1088).

Dem schloss sich der Arzt und Pflanzenheilkundler Henri Leclerc (1870–1955) an und betonte die Anwendung bei Bronchialinfekten, besonders bei chronischen [7]. Es war übrigens Leclerc, der den Begriff „Phytotherapie“ für die naturwissenschaftlich begründete Anwendung von Heilpflanzen geprägt hat.

Gerhard Madaus berichtete in seinem „Lehrbuch der biologischen Heilmittel“ von 1938 von einer besonderen Anwendung: nach 1900 war der Andorn für drei Jahrzehnte besonders in Frankreich als Mittel bei Malaria in der Diskussion. Madaus selbst sah in den Atemwegen, der Leber und dem weiblichen Genitalapparat die wichtigsten Indikationsgebiete des Andorns, besonders, wenn es sich um sogenannte Verschleimungen dieser Organe handelte [8].

Die Anwendung von Arzneipflanzen – einschließlich Erfahrungsmedizin und Homöopathie – in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts dokumentiert „Hagers Handbuch der pharmazeutischen Praxis“ auf herausragende Weise. In der 5. Auflage (1993) werden als plausible Anwendungsgebiete für Andorn Appetitlosigkeit, dyspeptische Beschwerden wie Völlegefühl und Blähungen sowie Katarrhe der Luftwege genannt. Dies sind genau die Indikationen, welche die Kommission E am ehemaligen Bundesgesundheitsamt erarbeitet und am 1.2.1990 im Bundesanzeiger veröffentlicht hat. Bei den Angaben zu den „volkstümlichen Anwendungen“ blickt das Handbuch sogar über Deutschland und Europa hinaus. Aufgeführt werden:

- akute oder chronische Bronchitis
- Keuchhusten und speziell unproduktiver Husten
- Asthma
- tuberkulöse Lungenkatarrh
- Erkältungen
- Durchfall
- Gelbsucht
- Schwächezustände (USA)
- Fettleibigkeit und in hohen Dosen als Abführmittel
- schmerzhafte Menstruationen und Frauenkrankheiten (USA, Frankreich)
- Herzrhythmusstörungen (Frankreich)
- zum Gurgeln bei Mund- und Halsentzündungen
- äußerlich bei Hautschäden, Geschwüren und Wunden

Viele der traditionellen Anwendungen finden sich hier wieder. Am Schluss heißt es: „Die Wirkungen der sehr alten und traditionsreichen Droge sind weitgehend nicht belegt, sind aber z.T. auf Grund der Inhaltsstoffe plausibel“ [9]. Es wäre sehr hilfreich gewesen, wenn in dem Werk genannt worden wäre, welche dieser Anwendungen aufgrund der Inhaltsstoffe plausibel sind. Wegen des hohen Gehalts an Gerbstoffen (siehe „Andorn aktuell“) sind die äußerlichen Anwendungen bei Hautschäden und Wunden, sowie die innerliche bei Durchfall nachvollziehbar.

### Andorn aktuell

In der Heilkunde wird das Kraut verwendet, genauer die Blätter mit den Blüten und den oberen Teilen der Stängel. Neben den wirksamkeitsbestimmenden Bitterstoffen mit Marrubiin (mindestens 0,7%) enthält das Kraut Phenylethanoidderivate (unter anderem Acteosid) sowie Flavonoide, stickstoffhaltige Verbindungen (wie Cholin) und bis zu 7% Lamiaceen-Gerbstoffe und Hydroxyzimtsäuren, jedoch keine Rosmarinsäure. Ätherisches Öl ist nur in sehr geringer Menge (ca. 0,06%) vorhanden, was für Lippenblütler untypisch ist.

Andornkraut ist nach heutiger Auffassung vor allem ein Bitterstoffmittel. Es wirkt choloretisch, fördert also den Gallenfluss, außerdem unterstützt es die Schleimlösung in den Atemwegen. Zudem hat es antientzündliche [11] sowie krampflösende Effekte [12]. Die Bitterstoffe regen die Magensaftsekretion an. Sie sollen außerdem das darmsoziierte Immunsystem modulieren [13].

Experimentelle Studien gaben Hinweise auf eine Verringerung der Sensitivität gegenüber Schmerzreizen [14]. Im Tierversuch hat sich isoliertes Marrubiin gegenüber etablierten Analgetika wie ASS, Diclofenac und Paracetamol als wirksamer erwiesen [15]. Die Übertragbarkeit von Tierversuchen auf den Menschen kann man infrage stellen. Allerdings wird hier die leicht schmerzlindernde Wirkung des gesamten Krautes plausibel.

Nach der HMPC-Monografie (2012) sind drei Indikationen anerkannt [10]:

- als Expektorans bei erkältungsbedingtem Husten wegen der schleimlösenden und krampflösenden Effekte
- leichte dyspeptische Beschwerden wie Blähungen und Flatulenz
- temporär auftretende Appetitlosigkeit

Die Pflanze kann als Tee zubereitet werden: 1,5 g Droge mit kochendem Wasser übergießen und 10 min ziehen lassen. Hier muss jedoch gewarnt werden: Andorn schmeckt unangenehm bitter, obwohl sein Bitterwert weit unter dem des Wermuts oder des Gelben Enzians liegt. Deshalb empfiehlt sich, das Andornkraut

mit einer anderen Pflanze wie Pfefferminze im Verhältnis 1:1 zu mischen.

Als Fertigarzneimittel stehen zur Verfügung:

- Schoenenberger® Andorn, naturreiner Heilpflanzenaft
- Marrubin® Andorn-Bronchialtropfen (Fa. Repha), ein apothekenpflichtiger hochkonzentrierter Fluidextrakt. Zur Abmilderung der Bitterstoffe wird empfohlen, zur Einnahme der Tropfen ein Stück Banane zu essen.

Der Anbau, die Ernte und die Weiterverarbeitung der Arzneipflanze bis hin zu den Fertigarzneimitteln erfolgt ausschließlich in Deutschland. ■

#### Verwendete Literatur

- [1] Berendes J. Des Pedanios Dioskurides aus Anazarbos Arzneimittellehre in fünf Büchern [De materia medica], übersetzt und erläutert von Julius Berendes. Stuttgart: Ferdinand Enke; 1902: 334–335
- [2] Broderon K. Pseudo-Apuleius Heilkräuterbuch – Herbarius Lateinisch und Deutsch. Wiesbaden: Matrixverlag; 2015: 104–107
- [3] Stoffler HD. Der Hortulus des Walahfrid Strabo. Aus dem Kräutergarten des Klosters Reichenau. Sigmaringen (jetzt Stuttgart): Thorbecke; 1996: 134–137
- [4] Mayer JG, Goehl K. Kräuterbuch der Klostermedizin. Der Macer floridus. Darmstadt: Reprint Verlag Leipzig; 2013: 42–43
- [5] Hildegard von Bingen. Heilsame Schöpfung – Die natürliche Wirkkraft der Dinge. Physica. Vollständig neu übersetzt und eingeleitet von Ortrun Riha (Hildegard von Bingen Werke Band II). 1. Aufl. Hrsg. von der Abtei St. Hildegard, Rüdesheim / Eibingen. Beuron: Beuron Kunstverlag; 2012: Kap. 1.33
- [6] Johann Ludwig Lebrecht Lösecke. Abhandlung der auserlesensten Arzneimittel nach derselben Ursprung, Güte, Bestandtheilen, Maasse und Art zu wirken. 3. Aufl. Berlin: Friedrich Nicolai; 1763: 398–399
- [7] Leclerc H. Précis de phytothérapie: essais de thérapeutique par les plantes françaises. Paris: Elsevir Masson; 1922: 140
- [8] Madaus G. Lehrbuch der biologischen Heilmittel. Leipzig: Thieme; 1938: 1844
- [9] Hänsel R et al. Hagers Handbuch der Pharmazeutischen Praxis. 5. vollst. bearb. Aufl., Band 5. Berlin, Heidelberg, New York: Springer; 1993: 780
- [10] HMPC. Community herbal monograph and assessment report on Marrubium vulgare L., herba. European Medicines Agency (EMA), Committee on herbal medicinal products (HMPC)/604273/2012. Juli 2013
- [11] Yousefi K et al. Marrubium vulgare L. methanolic extract inhibits inflammatory response and prevents cardiomyocyte fibrosis in isoproterenol-induced acute myocardial infarction in rats. BiolImpacts: BI 4.1 (2014); Kan-yonga PM. et al.: Assessment of methanolic extract of Marrubium vulgare for bioactive molecules isolation. Indo Global Journal of Pharmaceutical Sciences (2013)
- [12] Jorge VG et al. Vasorelaxant effect of ethanolic extracts from M. vulgare: Mexican medicinal plant as potential source for bioactive molecules isolation. Indo Global Journal of Pharmaceutical Sciences (2013)
- [13] Wiesenauer M. PhytoPraxis. 6. Aufl. Berlin, Heidelberg: Springer; 2016: 112–113
- [14] Schilcher H, Hrsg. Leitfaden Phytotherapie. 5. Aufl. München: Urban & Fischer; 2016: 52–53
- [15] HMPC. Assessment report on Marrubium vulgare L., herba. EMA/HMPC/604273/2012. Juli 2013

Dieser Artikel ist online zu finden:  
<http://dx.doi.org/10.1055/a-0594-3842>



### Tobias Niedenthal

Tobias Niedenthal ist Wissenschaftsjournalist und seit 2010 Mitglied der Forschergruppe Klostermedizin. Er ist für die Öffentlichkeitsarbeit zuständig und beschäftigt sich neben verschiedenen Pflanzen aus der europäischen Tradition auch mit Arzneipflanzen aus Amerika und Australien sowie mit der Geschichte der Naturheilkunde.