Pfefferminze (*Mentha × piperita*), Arzneipflanze des Jahres 2004

Die Pfefferminze (*Mentha × piperita*) wurde vom Studienkreis «Entwicklungsgeschichte der Arzneipflanzenkunde» zur Arzneipflanze des Jahres 2004 erklärt. Damit wurde eine Pflanze gewählt, die zahlreiche Aspekte der botanischen, pharmazeutischen und therapeutischen Vielfalt von Phytotherapie in sich trägt. Die Spezies *Mentha × piperita* gehört zur Gattung der Minzen, die 25 Arten (Spezies) umfasst. Die Pfefferminze ist als Hybrid aus verschiedenen anderen Minzenarten vermutlich im 16. oder 17. Jahrhundert spontan entstanden (Bastardisierung von *Mentha aquatica*, der Bach- bzw. Wassermintze, und *Mentha spicata*, der Ährenminze bzw. Krauseminze, die ihrerseits aus der *Mentha longifolia*, der Rossmintze, und *Mentha rotundifolia*, der rundblättrigen Minze, hervorging). Die Erstbeschreibung erfolgte 1696 in England. Schon vor 200 Jahren wurde sie in Deutschland und der Niederlande kultiviert. Die Pflanzen zur medizinischen Anwendung stammen praktisch vollständig aus dem Anbau. Heute ist die Pfefferminze in Europa (bis Südschweden) und Nordamerika weit verbreitet, ausserdem in Chile, Argentinien, Brasilien, Nordafrika, der Levante, Nordost- und Südwestafrika sowie in Australien. Sie scheint die Potenz zu einer fast ubiquitären Pflanze zu besitzen.

Die Pfefferminze ist eine aromatische Pflanze. Für zahlreiche Verwendungen sind die unmittelbar wahrnehmbaren sensorischen Eigenschaften bedeutsam. Olfaktorisch assoziierte Wirkungen und Erlebnisse können individuell über lange Zeiträume evoziert werden. Die Pfefferminze bzw. die jeweils verwendeten frischen oder getrockneten Teile sind Lebens- und Genussmittel, Gewürz (Sossen, Fleischgerichte, Salate, Milchprodukte), Hausmittel (einschliesslich Riechmittel vergleichbar Riechsalzen), traditionelles Heil- und Arzneimittel sowie Rohstoff für moderne Phytotherapeutika. Ausserdem wird sie umfangreich und teils in industriellem Ausmass zur Aromatisierung (einschliesslich Getränke, Süsswaren, Wohnräume, Arbeitsräume, Aufenthaltsräume, Ställe) und Geschmacks-

bzw. Geruchskorrektur sowie in der Kosmetik (Zahnpasten, Mundwässer, Rasierwässer, Körperlotionen) gebraucht. Therapeutisch werden die getrockneten Blätter bzw. die blühenden Zweigspitzen verwendet sowie das aus den blühenden oberirdischen Teilen gewonnene ätherische Öl. Aus der Blattdroge lassen sich wässrige Auszüge sowie unterschiedliche Extrakte mit verschiedenen anderen Lösungsmitteln herstellen, die alle innerlich und/oder äusserlich eingesetzt werden. Das ätherische Öl wird vielfältig in den Teilgebieten der Aromatherapie eingesetzt (inhalativ, innerlich und verdünnt auf Haut und Schleimhäuten). Natürlich besitzt nicht nur die primär medizinisch intendierte Anwendung therapeutische Wirkungen. Die Qualität des Ausgangsmaterials kann recht unterschiedlich sein, da nach der ersten Ernte im Juni und Juli noch 2. und 3. Ernten (meist maschinell) zugelassen sind.

Eine Vielzahl von Wirkungen des für die Phytotherapie charakteristischen Vielstoffgemisches sind in experimentellen und zu einem kleineren Teil auch in klinischen Untersuchungen beschrieben: v.a. antimikrobiell (antibakteriell, antiviral, antimykotisch), spasmolytisch bzw. tonussenkend, karminativ, cholagog, Übelkeit und Erbrechen lindernd, diuretisch, anregend, aphrodisierend, sedativ, analgetisch, sekretionsfördernd (Magen, Pankreas, Dünndarm), expektorierend, antitussiv. In der therapeutischen Anwendung sind ein Teil der Wirkungen situativ bedingt, d.h. kontextgebunden. Dies kann v.a. bei der geruchsbezogenen Aromatherapie eine wesentliche Rolle spielen.

Die Pfefferminze transportiert, anders als Arzneimittel, die primär aus den modernen und sterilen Laboratorien stammen, verschiedene historische, d.h. menscheitsgeschichtlich entwickelte Medizinkonzepte, diverse Betrachtungsweisen von Gesundheit, Krankheit und Genesung, aber auch unterschiedliche, mitunter komplementäre Behandlungsansätze. In humoralmedizinischer Betrachtung z.B. besitzt sie, vergleichbar den tradierten Minzen, warme und trocknende Eigen-

schaften; dementsprechend wird sie bevorzugt bei kaltem und feuchtem Magen, Menschen mit kalter und feuchter «complexion» und Greisen sowie im Winter und in kalten Gegenden angewendet. Da die Behandlung mit Arznei- und Heilpflanzen – und damit wesentliche Teile der Phytotherapie – kein ärztliches Monopol sind, sondern u.a. von nichtärztlichen Berufsgruppen ausgeübt wird, greift die «Pfefferminze» auch korrespondierende Denkstile auf. Die Pfefferminze ist zudem der Prototyp einer Arzneipflanze, die umfänglich in der Selbstbehandlung und damit im Kontext patienteneigener Vorstellungen und Kompetenzen angewendet wird.

Wenngleich die Geschichte als eigenständige Arznei- und Heilpflanze relativ kurz sein mag, so übernimmt die Pfefferminze doch zahlreiche Zuschreibungen von Wirkungen, Wirksamkeiten und Behandlungsweisen von älteren Minzearten bzw. ihren Ausgangsarten, die zum Teil bereits seit mehr als 4 Jahrtausenden vielfältig gebraucht wurden (z.B. China, Ägypten). So gründet sich die äusserliche Anwendung bei Kopfschmerzen, deren Wirksamkeit in den letzten Jahren bewiesen wurde und erst dadurch modernen Evidenzkriterien entsprechen darf, auf die jahrtausendealte und immer wieder sorgsam beschriebene vergleichbare Anwendung anderer Minzearten. So fasste z.B. Plinius d. Ä. («Naturkunde», Bd. XXI/XXII) vor 2000 Jahren die Wirksamkeit von Minze zusammen: «Der Genuss der frischen Minze erfrischt das Gemüt und ihr Genuss macht Appetit....Geschwüre auf den Köpfen der Kinder heilt sie vortrefflich, trocknet feuchte Luftröhren und zieht trockene zusammen. Bösartigen Schleim reinigt sie....Bei geschwollenen Zapfen gurgelt man sich damit....Sie leistet auch gute Dienste bei geschwollenen Mandeln....Der Saft der frischen Minze, in die Nase eingeatmet, heilt die Fehler dieses Organs, das Kraut selbst, zerrieben und mit Essig eingenommen, die Gallensucht...Bei Kopfweh legt

man es auf die Schläfe...Von einem Pulver soviel in Wasser eingenommen, wie man mit 3 Fingern fassen kann, vertreibt die Magenschmerzen.» In der Blumensprache, die teilweise heute noch situativ verwendet wird, stehen Minzen für Liebe und Leidenschaft sowie den Wunsch nach Gesundheit bis ins hohe Alter.

«Warum sollte ich mich länger über das Vergnügen und die Freude auslassen, die der Erwerb von Kenntnissen über Pflanzen bereitet; niemand, der nicht wüsste, dass es im Leben nichts Vergnüglicheres und Schöneres gibt, als die mit kleinen Blumen und Pflanzen der verschiedensten und anmutigsten Arten bekränzten und geschmückten Wälder, Gebirge und Ebenen zu durchstreifen und dabei alles eifrig zu betrachten. Aber dieser Genuss und diese Freude werden nicht wenig gesteigert, wenn sich eine Kenntnis von den Kräften und Wirkungen derselben hinzugesellt.» (Leonhard Fuchs: aus dem Vorwort zu «De historia stirpium», Erstdruck 1542). Fuchs, der Autor des ersten deutschsprachigen Arzneibuches mit der Mitteilung eigener therapeutischer Erfahrungen, formuliert hier einen Kontext, der über das rein Medizinische und vor allem Biomedizinische von Heilpflanzen deutlich hinausgeht. Die weltweite recht unterschiedliche Verwendung der Pfefferminze zeigt, dass Phytotherapie bereits lange vor den jetzigen Globalisierungsschüben einerseits kulturell umgrenzte Therapieräume und andererseits globale Verbreitung besass. Die biologische, geschichtliche, kulturelle und medizinische Vielfalt der Pfefferminze lässt sich nicht simpel biomedizinisch begreifen, sondern nur unter einem weiten biokulturellen Blickwinkel. Die Wahl der schillernden und wirkmächtigen Pfefferminze als Arzneipflanze des Jahres 2004 sollte auch an drohende Wahrnehmungsverluste in der Therapievelfalt erinnern.

R. Saller, Zürich