

Dioscorea villosa

Wilder Yams

Dioscorea villosa ist ein kleines, aber feines Arzneimittel und in den Händen einer erfahrenen Homöopathin oder Homöopathen ein nützliches Mittel zur Behandlung charakteristischer Schmerzen.



Name

Namensgeber für die Gattung der Dioscoreaceae war der griechische Arzt Dioskurides, der im 1. Jahrhundert nach Christus als römischer Militärarzt Süd- und Mitteleuropa bereiste. Dabei lernte er über 400 Heilpflanzen kennen und sammelte das umfangreiche Wissen über Botanik und Heilanzwendung dieser Pflanzen in einem 5 bändigen medizinischen Werk. Seine Materia Medica war die Grundlage der Medizin und Heilkunde bis über das Mittelalter hinaus.

Villosa leitet sich aus dem Lateinischen villosus = „behaart“ ab und bezieht sich auf die feine Behaarung der Blätter.

Botanik



Dioscorea villosa oder Wilder Yams ist eine zweihäusige Kletterpflanze aus der Familie der Dioscoreaceae (Yamswurzelgewächse).

Die bis zu 5 Meter langen Ranken wachsen aus einem Rhizom. Sie können ihr Gewicht nicht weit tragen und klettern über benachbarte Sträucher und Büsche. Die herzförmigen Blätter sind an der Unterseite dicht behaart. Die kleinen männlichen und weiblichen Blüten sind grünweißlich, aus ihnen reifen Kapsel Früchte mit ovalen Samen.

Dioscorea villosa ist in im östlichen Nordamerika und Zentralamerika verbreitet.

Inhaltstoffe

Das Rhizom enthält neben dem hohen Anteil an Stärke auch Diosgenin (Steroidsaponin), Dioscin (Glykosid) und Dioscorin (Alkaloid). Die Knollen bzw. Wurzelstöcke sind roh gegessen giftig, gekocht soll ihr Geschmack ähnlich der Süßkartoffel sein. In der Naturheilkunde wird die getrocknete Yamswurzel in Form von Kapseln, Salben oder alkoholischen Tinkturen verabreicht.



Verwendung

Yamswurzelgewächse (Dioscoreaceae) werden seit Urzeiten als Nahrungs- und Heilpflanzen von Menschen genutzt und weltweit kultiviert. Die stärkehaltige Wurzelknolle ist, ähnlich wie bei uns der Erdapfel, Grundnahrungsmittel in den tropischen Gebieten Afrikas, Südostasiens, Zentral- und Südamerikas.

Zubereitungen aus Wildem Yams wirken entzündungshemmend, galletreibend und krampflösend. Als Heilpflanze wird sie traditionell gegen Menstruationsschmerzen, Wehenschmerzen, Bauch- und Gallekoliken eingesetzt. In Indien wird die frische Yamswurzel und der frische Saft der Blätter äußerlich gegen bösartige Geschwüre und Skorpionstiche verwendet. Der amerikanische Name „rheumatism root“ (Rheumatismus-Wurzel) verweist auf ihre Wirkung bei rheumatischen Erkrankungen und Gelenkentzündungen.

Wegen ihres hohen Gehaltes an Diosgenin, einem dem Progesteron (Gelbkörperhormon) ähnlichem Stoff, gilt der Wilde Yams als „pflanzliches Progesteron“ gegen Wechseljahrsbeschwerden und Prämenstruelles Syndrom und soll empfängnisverhütend aber auch als Hilfe bei unerfülltem Kinderwunsch wirken. Diosgenin ist dem körpereigenen Progesteron aber nur ähnlich und nicht gleich; der weibliche Körper kann aus Diosgenin kein Progesteron herstellen. Der Einsatz von Diosgenin ist daher sehr umstritten. Yamswurzelextrakte finden sich heutzutage in vielen Nahrungsergänzungsmitteln für Frauen und in Anti-Aging-Produkten.



Dioscorea villosa in der Homöopathie

Die homöopathische Urtinktur wird aus dem frischen Wurzelstock hergestellt und zu dem Arzneimittel Dioscorea potenziert.

Die Arznei hat einen Bezug zum Nervensystem, vor allem zu den Nerven der glatten Muskulatur der Hohlorgane, der Rückenmarksnerven und dem Ischiasnerv.

Geist und Gemüt

Auf der Geist- und Gemütsebene findet man **Ruhelosigkeit** wegen heftiger Schmerzen. Betroffene sind **nervös** und **schnell gereizt**. Sie wollen alleine sein, haben eine richtige Abneigung gegen oder gar Furcht vor Menschenmengen. Während einem als beschwerlich und anstrengend empfundenen Gespräches kann es vorkommen, dass Wörter falsch verwendet oder verwechselt werden. Auffallend ist das Bedürfnis, im Zimmer umherzugehen (auch hier wieder die Ruhelosigkeit), obwohl sie sich müde und schwach fühlen.

Leitsymptom Schmerzen

Dioscorea wirkt bei vielen Arten von Schmerzen, vor allem bei **kolikartigen Schmerzen**. Die Schmerzen sind **unerträglich, heftig, stechend** oder **schneidend** und treten **anfallsartig** auf. Sie können im Laufe des Anfalls in entfernte Teile des Körpers wie Arme oder Beine ausstrahlen. Oder sie hören genauso plötzlich auf, wie sie gekommen sind, und fangen an einem anderen Ort des Körpers plötzlich wieder an.

Alle Schmerzen von Dioscorea werden durch **Ausstrecken, aufrechtes Stehen, nach hinten Beugen leichter**. Damit kann man die Arznei sehr gut von Colocynthis unterscheiden - die Kolikschmerzen werden gleich beschrieben, aber bei Colocynthis bessert das nach vorne Beugen oder Zusammenkrümmen, bei Dioscorea das Strecken oder nach hinten Beugen.

Schwerpunkt Verdauung

Ursache von Dioscorea-Erkrankungen sind oft übermäßiges Essen, Fasten oder Diätfehler. Auch hier finden wir einen deutlichen Hinweis auf die Verdauungsorgane, auf die schwache Verdauung von Dioscorea-Patienten.

Diese **Verdauungsschwäche** äußert sich in einem **flauen Gefühl im Magen, Sodbrennen, Aufstoßen von viel übelriechendem Gas** und **bitterer, saurer Geschmack im Mund**. Die **Übelkeit** kann bis zum **Erbrechen** gehen. Ferner treten **kolikartige Magenkrämpfe** mit heftigen Schmerzen auf, die sich dem Brustbein entlang und weiter bis in die Arme ausdehnen können. **Krampfartiger Schluckauf** plagt ebenfalls Dioscorea-Patienten.

Aber auch die weiteren Verdauungsorgane sind von Dioscorea-Erkrankungen betroffen. Stechende, nach oben schießende Leberschmerzen im Rahmen von

Lebererkrankungen, Gallenkoliken, die bis in die Brust, Rücken oder Beine ausstrahlen. Auch hier bessert das Beugen und Überstrecken nach hinten.

Schmerzhaft aufgetriebener Bauch, **Blähungskoliken, kolikartige Schmerzen im Unterbauch** (auch bei **Dysmenorrhoe**) oder **schneidende Dünndarmschmerzen** werden bei Dioscorea durch Liegen oder nach vorne Beugen deutlich schlechter. Die geschwächte Verdauung äußert sich in lautem **Rumoren** und viel **Blähungsabgang. Durchfall** mit häufigem, dringendem Stuhldrang und **Verstopfung** wechseln einander ab, beide werden von stinkender Flatulenz begleitet. Im Bauchbereich findet sich auch ein sonderliches Symptom: die Schmerzen verlagern sich plötzlich, ja sie springen förmlich in entfernte Körperteile wie in die Finger oder Zehen.

Ebenso fallen **Nierenkoliken** ins Arzneibild. Dabei erstreckt sich der Schmerz bis in die Beine, bei Männern auch in die Hoden. Vor allem der Abgang von **Nierensteinen** verursacht heftigste Schmerzen.

Wo noch

Die **Schmerzen am Brustbein** entlang können von einem **Engegefühl im ganzen Brustbereich** begleitet werden. Zusätzliche Kurzatmigkeit oder gar **Atemnot** lassen an **Angina pectoris** denken. **Schwache Herztätigkeit** und **stechende Schmerzen in der Herzgegend**, vor allem bei Blähungen, sind in der Materia medica unter Dioscorea angeführt.

Dioscorea-Patienten können auch unter **Rückenschmerzen** leiden. Der Rücken fühlt sich wie **lahm** an, **neuralgische Schmerzen** im **Nackengebiet**, stechende Rückenschmerzen entlang der **Wirbelsäule** bis in die Beine, ziehende Schmerzen im **Kreuzbein- und Iliosakralbereich** wie sie im Rahmen von **Lumbago** (Hexenschuß), **Ischialgie** oder **Rheuma** auftreten, lassen an Dioscorea denken. Auch hier werden die Beschwerden durch Bewegung, Bücken oder Aufsetzen schlimmer. Linderung bringt auf den Zehen stehen, gerade Ausstrecken oder ruhiges Liegen.

Generell leiden Dioscorea-Erkrankte unter **kalten Extremitäten** während einer Kolik oder bei den krampfartigen Schmerzen. Obwohl sie frösteln, schwitzen sie leicht, der **Schweiß ist kalt und klebrig**.

Modalitäten

Verschlechterung abends, nachts; beim Hinlegen, sich nach vorne Beugen, Bücken; Tee

Besserung durch aufrechtes Stehen, Ausstrecken, nach hinten Beugen; bei Bewegung; durch Druck; bei Blähungsabgang, Aufstoßen

Dioscorea villosa in der Hausapotheke

Kolik - heftige, kolikartige Bauchschmerzen bei Durchfall/Erbrechen;
Gallenkolik, Nierenkolik; Betroffene überstrecken sich nach hinten
Verschlechterung beim Hinlegen
Besserung durch Rückwärtsbeugen, Aufrechtstehen

Illustration:

Bild 1: [H. Zell](#), [Creative-Commons-Lizenz 3.0](#)

Bild 2: Alverson, William S., DOB0117, [University of Wisconsin](#), [CC0 1.0 \(Public-domain\)](#)

Bild 3: [Brucewinter](#), [Creative Commons License BY-SA 4.0](#)

Bild 4: Gemeinfrei (Daniel Dan outsideclick auf Pixabay)

Dieses Arzneimittelbild ist nach bestem Wissen und größtmöglicher Sorgfalt recherchiert worden. Eine Haftung für Personen- oder Sachschäden ist ausgeschlossen. Jede Leserin und jeder Leser ist für das eigene Tun selbst verantwortlich und sollte im Zweifelsfall oder bei andauernden Beschwerden immer ärztlichen Rat einholen.

Die Quellen zu den Arzneibildern finden sie im offenen Bereich im Menüpunkt Service/Buchtipps. Sie sind mit einem * gekennzeichnet.

© 2021 Claudia Maurer