

Hypericum perforatum

Echtes Johanniskraut



Die Pflanze wehrt Hexen ab, die Arznei die Schmerzen bei einem Hexenschuss. Hypericum ist unentbehrlich in der Hausapotheke für Nervenverletzungen und Nervenschmerzen.

Name

Der Name Hypericum stammt von einem griechischen Ausdruck mit der Bedeutung „über einer Erscheinung“ (hyper = über, eikon = Bild) und lässt sich zurückführen auf den Glauben, dass allein der Geruch des Krautes böse Geister vertreibt. Perforatum bedeutet „durchlöchert“ und bezieht sich auf die durchscheinend punktierten Blätter.



Botanik

Das Echte Johanniskraut ist eine sommergrüne, tief wurzelnde, krautige Pflanze und gehört zur Familie der Hypericaceae (Johanniskrautgewächse). Die bis zu 60 cm hohen, aufrechten und kantigen Stängel verzweigen sich erst im oberen Teil. Die eiförmigen Laubblätter tragen durchscheinende Öldrüsen und machen so einen gelöcherten Eindruck. Zur Blütezeit von Juni bis August bringt die Pflanze zahlreiche sonnengelbe Blüten hervor. Die Staubblätter der Blüten ragen pinselartig aus der Blüte heraus. Beim Zerreiben oder Zerquetschen der Blüten tritt ein roter, geruchloser Saft aus. Aus den bestäubten Blüten bilden sich schmale Fruchtkapseln. Sie enthalten kleinen Samen, die von Tieren oder vom Wind verbreitet werden.

Das Echte Johanniskraut wächst ursprünglich in Europa, Westasien und Nordafrika und wurde weltweit eingebürgert. Die ausdauernde Pflanze bevorzugt trockene Böden und gilt als Pionierpflanze. Sie ist auf Äckern, Wegrändern, Böschungen und Wiesen zu finden.

Inhaltstoffe

Neben Flavonen, ätherischen Ölen und Gerbstoffen enthält die Pflanze Hypericin. Dieses ist vor allem für die intensive Rotfärbung, aber auch für die antidepressive und photosensibilisierende Wirkung der Pflanze verantwortlich. Für die gute therapeutische Wirksamkeit ist jedoch das Zusammenwirken der verschiedenen Inhaltsstoffe notwendig.

Mythologie

Johanniskraut spielte stets eine wichtige Rolle im Abwehrzauber, weil ihr die Kraft zugeschrieben wurde, Hexen, Dämonen und Teufel zu vertreiben. Ein Kränzchen aus dieser Pflanze an der Haustür soll Haus und Hof schützen. Die Löcher in den Blättern kommen laut Überlieferung vom Teufel, der wütend auf die Blätter eingestochen hat. Im frühen Christentum war man überzeugt, dass die Pflanze aus dem Blut von Johannes dem Täufer entstanden ist. Sie gilt als Symbol für Vitalität, Lebensfreude und Fruchtbarkeit.

Verwendung in der Medizin

In der Volksmedizin wird Johanniskraut als Tee und Tinktur zur Wundversorgung und Schmerzlinderung, aber auch bei Menstruationsbeschwerden und pubertätsbedingten Verstimmungen verwendet.

Erwähnt werden soll auch das Rotöl, ein Ölauszug aus Johanniskrautblüten. Dieses Einreibemittel hilft bei Hexenschuss, Gicht, Rheuma und wird auch zur Schmerzlinderung und Wundheilung nach Verrenkungen und Verstauchungen, bei Blutergüssen und Gürtelrose eingesetzt.

Phytotherapeutisch wird Johanniskraut und Zubereitungen aus Johanniskrautextrakt seit der Antike gegen Depressionen, leichte Angstzustände und nervöser Unruhe angewandt. Die Pflanze wurde von der Universität Würzburg zur „Arzneipflanze des Jahres 2015“ ernannt.

Bei Überdosierung kann als Nebenwirkung eine erhöhte Photosensibilität, eine Empfindlichkeit gegenüber UV-Strahlen auftreten. Die Haut neigt schneller zum Sonnenbrand und zu Sonnenschäden. Während der stofflichen Einnahme sind daher starke Sonneneinwirkung und Solariumbesuche zu meiden. Das homöopathische Arzneimittel Hypericum hat diese Nebenwirkung nicht.

Hypericum in der Homöopathie

Hypericum perforatum wird in der Homöopathie seit der Mitte des 19. Jahrhunderts verwendet. Die Arznei wird aus der frischen, blühenden Pflanze hergestellt. Sie hat einen deutlichen Bezug zu den Nerven.

Arnica der Nerven

In der **Homöopathie** gilt **Hypericum** als das **größte Nervenmittel**, es wird in der Literatur auch als Arnica der Nervenverletzungen mit stark schmerzstillender Wirkung bezeichnet.

Im Beschwerdebild vorherrschend sind heftige **Nervenschmerzen**, den Nerv entlangschießende Schmerzen – egal ob nach Schlagverletzungen am Kopf oder Wirbelsäule, nach Sturz auf das Steißbein, Quetschungen, Schnitte

und/oder nach Operationen. Wer sich schon einmal den Ellbogen ordentlich angeschlagen hat, kann die Schmerzqualität sehr gut nachempfinden. Die Schmerzen kommen plötzlich und heftig, lassen aber nur langsam nach. Eventuell ist der Schmerz von Taubheitsgefühl, Lahmheit und Kribbeln begleitet. Die kleinsten Verletzungen machen größte Schmerzen. Die Nervenschmerzen und Lähmungserscheinungen können auch nach ungünstiger Haltung und Stellung (z.B. nach langen Operationen) auftreten.

Auch bei Neuralgien, Kreuz- oder Ischiasschmerzen mit wie oben beschriebenen Schmerzen und einer Verschlechterung bei feucht-kaltem oder nebligem Wetter ist Hypericum angezeigt.

Betroffene sind dabei **überempfindlich**, sowohl gegen den Schmerz als auch bei Berührung. In diesem Hypericum-Zustand wird viel geklagt und gejammert, man lässt sich aber nicht wirklich trösten.

Verdunkelte Seele

Hypericum gehört zu den wichtigsten Akut- und Notfallmitteln für Nervenverletzungen, hat aber auch eine große Bedeutung in der Behandlung von psychischen Beschwerden. Kurz zusammengefasst könnte man sagen, Hypericum bringt Licht und Sonnenschein in eine verdunkelte Seele.

Schwermütige Stimmung, tiefe Traurigkeit, (jahreszeitlich bedingte) Depression sind die im Arzneibild beschriebenen Symptome und Indikationen. Trotzdem werden Betroffene von einer nervösen Unruhe geplagt. Die Beschwerden sind oft Folge von einem Schreck oder Schock, z.B. nach einem Unfall oder einem traumatischem Erlebnis. Treten depressive Verstimmungen nach einer Kopfverletzung auf, ist ebenfalls an Hypericum zu denken (bei einer länger zurückliegenden Kopfverletzung: Natrium sulfuricum)

Modalitäten

Verschlechterung bei Kälte, kalter Luft, Wetterwechsel zu feucht-kaltem Wetter; nebligem Wetter; bei Bewegung oder Berührung

Besserung durch ruhiges Liegen; Rückwärtsbeugen (bei Rückenschmerzen); in der Sonne (bei psychischen Beschwerden)

Hypericum in der Hausapotheke

Verletzungen mit starken Schmerzen – Quetschung der Finger oder Zehen (zum Beispiel in einer Tür), kleine schmerzhafteste Schnitte an den Fingerspitzen (zum Beispiel mit einem Papierrand), Schlag auf Finger, Zehen, Kopf; heftigste (Nerven-)Schmerzen, die betroffene Stelle ist überempfindlich gegen Berührung

Nervenverletzung – Nervenverletzung durch Schnitt, z.B. feine Schnitte an der Fingerkuppe oder nach operativen Eingriffen; Nervenverletzung nach Injektionen, z.B. beim Zahnarzt, Periduralanästhesie (Kreuzstich)

Sturz auf den Rücken, Steißbeinprellung – einschießende heftigste Schmerzen, eventuell unfähig, sich zu bewegen

Nervenschmerzen, Neuralgien, Ischiasschmerzen – die Nervenbahn entlang einschießende Schmerzen, eventuell mit Kribbeln, Taubheitsgefühl und Lahmheit

Bild: © Simone Kalletka

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.

© 2016 Claudia Maurer