

Rasch wirksam gegen Schmerzen

Seit Jahrhunderten wird Wallwurz (Symphytum officinale) als Medizinalpflanze verwendet. Volkstümliche Namen wie «Beinwell» oder «Schadheilwurzel» zeugen davon. Verschiedene wissenschaftliche Studien haben die gute Wirksamkeit und sichere Anwendung bei der Behandlung von Schmerzen, Entzündungen und Schwellungen gezeigt. Das Wirkstoffgemisch des pflanzlichen Extrakts bietet gegenüber chemisch definierten Einzelstoffen Vorteile.

Der botanische Name «Symphytum» ist abgeleitet vom griechischen Wort «symphain» mit der Bedeutung «zusammenwachsen». Das deutsche Wort «Beinwell» zeugt von der traditionellen Anwendung bei Knochenbrüchen, und auch die Bezeichnungen «Schadheilwurzel» oder im Englischen «Healing herb» (heilendes Kraut) tragen die heilende Wirkung im Begriff.

Viele pharmakologische und therapeutische Studien bestätigten die sehr gute entzündungshemmende, schmerzlindernde und abschwellende Wirkung von Wallwurz.

Ein komplexes Wirkstoffgemisch

Wie alle Heilpflanzen enthält Wallwurz ein komplexes Wirkstoffgemisch. Die genaue Zusammensetzung ist abhängig von den verwendeten Pflanzenteilen sowie vom Herstellungs- und Extraktionsverfahren. Als wirksame Inhaltsstoffe werden Schleimstoffe, Allantoin, Gerbstoffe, Rosmarinsäure und Cholin

angesehen. Allantoin fördert die Zellteilung und wirkt wundheilungsfördernd. Zudem erleichtert es die Aufnahme anderer Wirkstoffe ins Gewebe. Ein schönes Beispiel für das unterstützende Zusammenwirken verschiedener Stoffe in Heilpflanzen.

Cholin reduziert den Austritt von Gewebeflüssigkeit und damit die Bildung von Ödemen und Schwellungen. Zudem fördert es die Durchblutung. Die beiden Effekte führen zu einer raschen Auflösung von Blutergüssen nach Verletzungen. Rosmarinsäure hat entzündungshemmende, abschwellende Eigenschaften

und wirkt antimikrobiell. Gegenüber synthetischen Wirkstoffen, welche sehr effektiv an einem definierten Ort angreifen, hat dieses Gemisch den Vorteil, verschiedene Angriffspunkte zu haben. Daraus resultiert ein breites Wirkspektrum.

Gegen Schmerzen und Entzündungen

Typische Anwendungsgebiete für Wallwurzsalben oder -gels sind rheumatische Gelenk- und Muskelschmerzen sowie Sportverletzungen. Die schmerzstillende und entzündungshemmende Wirkung hilft bei Arthritis, Arthrose sowie akuten Muskelschmerzen im Rücken.

Bei Sportverletzungen wie Verstauchungen, Zerrungen, Prellungen oder Quetschungen kommt zudem die abschwellende Wirkung zum Tragen. Wird mit der Anwendung möglichst früh begonnen, kann rasch eine verbesserte Beweglichkeit des betroffenen Teils erwirkt werden.

Selbstredend dazu der Kommentar eines Studienleiters: «Überraschend war die schon kurz nach Therapiebeginn zu beobachtende drastische Reduzierung der Spontan- und Bewegungsschmerzen (...) und die dadurch frühzeitig möglich gewordene aktive Gelenkmobilisation.»

In der Schweiz sind verschiedene Präparate mit Wallwurz im Handel. Die Salben und Gels enthalten entweder reinen Wallwurzextrakt oder werden mit weiteren Wirkstoffen wie Arnika, wärmenden oder kühlenden Substanzen kombiniert.

Von einer innerlichen Anwendung wird heute abgeraten. Eine Ausnahme ist die homöopathische Indikation von Symphytum zur Anregung der Knochenbildung nach Knochenbrüchen.

BEAT INNIGER,
OFFIZIN-APOTHEKER FPH,
ADELBODEN



Blühende Wallwurzpflanze. BILD APOTHEKE STADELHOFEN, ZÜRICH, ORIGINAL DR. ANDRES WALLWURZSALBE

Rasche Wirkung bei Rückenschmerzen

Eine 2009 veröffentlichte Studie attestiert eine effektive und rasche Wirkung bei Rückenschmerzen. Die 120 Patienten mit Schmerzen im oberen Rückenbereich wurden während vier bis sechs Tagen dreimal täglich mit vier Gramm Wallwurzsalbe behandelt. Gegenüber dem Scheinmedika-

ment (Placebo) war die Verringerung der Schmerzintensität um 95 Prozent hoch überlegen (Placebo: 37,8 Prozent). Zudem reduzierten sich bereits innerhalb einer Stunde nach der ersten Anwendung Ruhe- und Bewegungsschmerzen deutlich.

BRITISH JOURNAL OF SPORTS MEDICINE, 2009

Wallwurz bei Sportverletzungen

Präparate mit Wallwurzextrakt gelten bei Muskel- und Gelenksbeschwerden als pflanzliche Alternative zur Standardtherapie mit Diclofenac (z.B. Voltaren®). Besondere Beachtung fand eine 2005 publizierte Studie, welche bei einer akuten Verstauchung des Sprunggelenks eine Wallwurzsalbe mit dem Wirkstoff Diclofenac ver-

glich. Bei vier Anwendungen pro Tag während sechs bis acht Tagen war die Schmerztoleranz auf Druck bei der Wallwurzsalbe dem Standardpräparat überlegen, bei der Wirkung auf Ruhe- und Bewegungsschmerz sowie Gelenkschwellung ebenbürtig.

ARS MEDICI, THEMA PHYTOTHERAPIE, 1/2010