

Esche in der Volksheilkunde und Pharmazie

von NORBERT LAGONI

Zum Kreis der Bäume, die in der Naturmedizin bis zur modernen Pharmazie einen festen Platz haben, gehört auch die Gemeine Esche - *Fraxinus excelsior* L..

Esche - Heilmittel in der Antike

Heilkundlich-historische Wurzeln der Esche gehen bis in die Antike zurück (Tab. 1). Die Ärzte und Heilkundigen im antiken Griechenland trennten die Medizin weitgehend von der Magie. Ihre schriftlichen Aufzeichnungen zeugen von einer entwickelten ärztlichen Kunst und Arzneikunde. Die damals vorherrschende Vier-Säfte-Lehre hatte in HIPPOKRATES VON KOS (460-377 v. Chr.) und später in GALENOS (129-199 v. Chr.) prominente Vertreter. So findet sich im *Corpus hippocraticum* der Hinweis auf die Verwendung von Bestandteilen der Esche in der Heilkunde. In der Schrift „*De Materia Medica*“ des griechischen Arztes DIOSKURIDES (40-80 n. Chr.) wird neben 800 Arzneipflanzen auch die Esche erwähnt.

Tab. 1: Esche - Heilmittel in der Antike

Eschenblätter	Purgans, Laxans, harntreibendes Mittel bei Gicht/Podagra und Rheuma
Eschenblättersaft	als Gegenmittel (Antidot) bei Schlangenbiss
Eschensamen	als harntreibendes Mittel bei Wassersucht (Oedeme)
Eschenholz	als Mittel gegen Infektionen bei Frauenleiden (Verräucherung)

Über die heilkundliche Nutzung der Esche zur Zeit der römischen Herrschaft liegen keine verlässlichen Aufzeichnungen vor.

Die Esche - ein Baum der Hildegard von Bingen

Erst wieder in den Schriften der klösterlichen Heilpflanzenkunde wird die Esche als „Medizinbaum“ erwähnt. Die Aufzeichnungen der sachkundigen Äbtissin HILDEGARD VON BINGEN (1098-1179), die den hochgewachsenen, meist freistehenden Baum als „...ein Sinnbild der besonderen Einsicht...“ umschreibt, geben Zeugnis von der arzneilichen Anwendung. Teezubereitungen aus Eschenblättern (-samen?) dienten als harntreibendes Mittel bei Oedemen („Wassersucht“) und rheumatischen Beschwerden. KONRAD VON MEGENBERG (1309) empfahl Rindenasche auf eitrig Wunden und Knochenbrüche aufzutragen. THEOPHRASTUS B. VON HOHENHEIM, gen. PARACELSUS (1493-1541) erwähnt die Weide und Esche als ‚Arcanum‘.

Dr. NORBERT LAGONI ist Mitarbeiter der Firma Robugen GmbH in Esslingen.

Die Erfindung des Buchdrucks um 1450 verbreitete deutschsprachige „Heil- und Kräuterbücher“ und somit das Heilpflanzenwissen. HIERONYMUS BOCK (1554) wandte das Destillat der Eschenrinde bei Steinleiden und Gelbsucht, Teeaufgüsse aus Eschenfrüchten als Diuretikum und bei ‚Herzzittern‘ an. In seinem 1554 erstmals erschienen „*New Kreuterbuch*“ erwähnt PETRUS A. MATHIOLUS, der Hofarzt Kaiser Maximilians, die Verwendung von Rindenasche gegen Grind, Räude und Steinleiden, außerdem Absud bei Gelbsucht sowie Infusum bei ‚Seitenweh‘ und ‚Herzzittern‘. In der 1712 erschienen Dissertation greift HELLWIG die Frage auf, ob Eschenrinde ein vergleichbarer Ersatz für die Chinarinde (*Cortex chinae* s. *C. antifebrillis*) als Febrifugum sein könne, da hoher Bedarf nach „europäischer“ Chinarinde wegen der weiten Verbreitung u.a. des Sumpffiebers (*Malaria*) bestand. Die Verwendung von Eschenholz als ‚blutreinigendes Holzgetränk‘ empfiehlt v. HALLER (1755). Der deutsche Apotheker RADEMACHER (1812) bewertet Eschenblätterttee als gutes Muskelheilmittel, Einreibungen mit *Folium fraxini* bei Muskel- und Schädeltrauma und die Anwendung eines Destillates aus jungen Sprossen bei Ohrensausen.

Von dem berühmten Arzt HUFELAND (1762-1836) liegen Aufzeichnungen über Teeaufgüsse aus Blättern/Rinde bei chronischem Muskelrheuma, Gicht/Podagra sowie Pflaster bei Wunden und Geschwüren vor.

Tab. 2: *Magie, Mythologie und Volksheilkunde*

Schnittfläche von Eschenästen auf das Krebsgeschwür legen
Rindenaufgüsse als Waschung oder Bad bei ‚alten Beinleiden‘
Bruchkranker wird in der Nacht durch „gespaltene Esche“ gezogen
neun Zweigstücke am Karfreitag in Kleidung eingenäht gegen Gicht
„Wundholz“ geschnitten in der Johannisnacht auf blutende Wunden legen
„Wundbaum“ Eschenholz, Mittel gegen Wunden
„Geisbaum“ Verfütterung von Eschenlaub an kranke Ziegen und Schafe

Traditionelle Anwendung der Eschenbestandteile

Der Einsatz der Einzelbestandteile heimischer Eschen in der Volksheilkunde war nach Art und Menge unterschiedlich (Tab. 2). Von den *Fraxinus*-Arten wurde vorrangig die in ganz Europa verbreitete *Fraxinus excelsior* L. (syn. *F. apetal*a, *F. biloba*, *F. excelsa*) für die Bereitung von Heilmitteln verwendet. Als Bestandteile der Esche dienten, in Abhängigkeit von der Jahreszeit, Blätter, Rinde und Früchte:

- **Eschenblätter** (*Fraxini folium*) im Mai/Juni gesammelte junge Laubblätter ohne Stiel; Lufttrocknung ohne Fäulnis, Darreichungsform: Tee (Infus), Presssaft und Tinktur aus frischen Blättern und Knospen für Waschungen/ Bäder;
- **Eschenrinde** (*Fraxini cortex*) im Frühjahr (April) von zwei- bis fünfjährigen Bäumen vor dem Laubaustrieb ‚geschälte‘ Zweige; frische oder trockene Pulververreibung, Darreichungsform: frischer, schleimreicher Rindenbast oder als Wundpulver;
- **Eschenfrüchte** (*Fraxini Semina*) im September/Okttober gepflückte Samen, mit oder ohne Flügel; Lufttrocknung ohne Fäulnis; Darreichungsform: innerlich als Dekokt (Absud), äußerlich als Tinktur („*Eschengeist*“).

Arzneimittel aus der Esche heute

Heute bilden Tinkturen mit standardisierten alkoholischen Frischpflanzenaus-zügen aus Eschenrinde (Tab. 3) in Kombination mit anderen Heilpflanzen die pharmazeutische Basis gängiger eschenhaltiger pflanzlicher Arzneimittel. Für die Herstellung homöopathischer Mittel werden alkoholische oder wässrige Lösungen und auch Pulver aus frischer Rinde verwendet.

Tab. 3: *Inhaltstoffe in Blättern und Rinde (Auswahl)*

Flavonoide	Rutosid Kampferol Quercetin
Triterpene	Betulin Ursolsäure
Glykoside	Fraxin, Fraxinol Aesculetin
organische Säuren	
Mineralsalze, Vitamine	
Zucker	D-Mannitol
Gerbstoffe	
Pflanzenschleime	

Der ‚Eschengeist‘ in der Flasche

In einigen Regionen Deutschlands, Österreichs und auf dem Balkan wird *Eschengeist* hergestellt und als bewährtes Hausmittel äußerlich als Einreibungen bei rheumatischen Beschwerden angewandt. *Eschengeist* besteht aus einer alkoholischen Lösung versetzt mit Eschensamen, Wacholderbeeren, Melissen-, Pfefferminz- und Rainfarnblättern sowie Majoran (Wilder Dost). Diese Mischung sollte einige Wochen an einem warmen, sonnigen Ort aufbewahrt werden, bevor sie in dunkle Flaschen umgefüllt und zum Einsatz kommen kann.

Eschenmanna - eine Spezialität

Im Mittelmeerraum, Vorderen Orient bis Indien wächst die Manna-Esche - *Fraxinus ornus* L., die in diesen Ländern traditionell als Spenderbaum für Manna verwendet wird. Im Juli/August wird der Saft gesammelt und zu Mannasirup (*Sirupus Mannae*) aufbereitet. Dieser süßliche, honigartige Sirup ist u.a. reich an Fruchtzucker und D-Mannitol. Manna wirkt bei Verstopfungen und Darmstörungen regulierend und leicht laxierend. Insbesondere für Kleinkinder und Betagte haben sich mannahaltige Diätetika durchgesetzt. Bei Diabetikern dient Manna als Zuckerersatz.

Tab. 4: Monografien zur Esche

Fassung	Stand	Monografie	Inhalt
Deutsches Arzneibuch 6. Ed. (DAB 6)	1966	Manna (<i>Eschenmanna</i>)	pharmazeutische Qualität
Bundesgesundheitsamt Kommission E	1986	Fraxinus excelsior (<i>Esche</i>)	Negativmonografie Wirksamkeit (?)
Bundesgesundheitsamt Kommission E	1986	Manna (<i>Manna</i>)	Wirksamkeit Unbedenklichkeit

Extrakte aus Eschenrinde

Pharmakologische Untersuchungen (Tab. 4) belegen die entzündungshemmende, leicht fiebersenkende und schwach schmerzlindernde Wirkung der Eschenrinde. Heute kommen Extrakte aus der Rinde primär bei akuten und subakuten rheumatischen Entzündungen wie Lumbago, Ischialgien und Neuralgien therapeutisch zur Anwendung. Die Kombination von Extrakten aus Eschenrinde, Zitterpappelrinde und -blättern sowie echtem Goldrutenkraut hat sich als pflanzliches Schmerz- und Rheumamittel in der naturheilkundlichen Therapie etabliert.

Zusammenfassung

Die Esche hat neben Weide, Birke und Wacholder einen Stammplatz unter den „Medizin-Bäumen“. Bereits in der Antike war die Herstellung von Heilmitteln aus der Esche bekannt. Seit dem Mittelalter übertrugen sich durch die Verbreitung pflanzenkundlichen Wissens die naturheilkundlichen Kenntnisse über die Esche bis in die Neuzeit.

Heute werden Extrakte aus der Eschenrinde, kombiniert mit anderen pflanzlichen Wirkstoffen, im Sinne einer angepassten Phytotherapie, primär bei rheumatischen Erkrankungen und leichten chronischen Schmerzen angewandt.