

## Pflanzlicher Entzündungshemmer

## Wilde Hagebutte: wirksam bei Arthrose

Arthrotisch bedingte Gelenkschmerzen sind der zweithäufigste Grund, weshalb in Europa Menschen die Arztpraxis aufsuchen. Bei der Behandlung schmerzhafter Gelenksarthrosen ist Pulver aus der wilden Hagebutte (*Rosa canina lito*) wirksam. Dies haben zwei doppelblinde, plazebo-kontrollierte, randomisierte Studien (Dänemark, Norwegen) gezeigt.

## Ein traditionelles Heilmittel wird erforscht

Als der dänische Bauer Erik Hansen Hagebutten-Konfitüre – ein traditionelles Heilmittel – gegen seine Arthroseschmerzen einnahm, besserten sich seine Beschwerden leicht. Anfang der 1990er-Jahre verarbeitete er schonend getrocknete Früchte der wilden Hagebutte (*Rosa canina lito*) zu einem Pulver und verschenkte es. Aufgrund des positiven Feedbacks begann er eine kleine Produktion aufzuziehen und das Pulver zu verkaufen. Als Erik Hansens Sohn die Produktion übernahm, wandte er sich an den Arzt Dr. Kaj Winther von der Universität Kopenhagen.

## Hagebutte: antientzündlich und antioxidativ

Die von Winthers Kollegen Prof. Arsalan Kharazmi durchgeführten Untersuchungen zeigten einen eindrucklichen antientzündlichen und antioxidativen Effekt des standardisierten Hagebuttenpulvers: Es hindert Leukozyten, in das Entzündungsgebiet einzuwandern und das Knorpelgewebe weiter zu schädigen; ebenso wird die Bildung von freien Radikalen – sie tragen ebenfalls zur Zerstörung des Knorpels bei – verhindert.

## Dänische und norwegische Studie

Zuerst in Dänemark, dann in Norwegen wurde eine doppelblinde, plazebo-kontrollierte, randomisierte Studie mit Arthrose-Patienten durchgeführt. Bei beiden Studien erhielten Patienten der Verum-Gruppe zweimal täglich 2,5g Hagebuttenpulver. An der dänischen Studie<sup>1</sup> nahmen 112 Patienten teil. Die mit Hagebuttenpulver behandelten Patienten zeigten eine signifikante Verringerung der Morgensteifigkeit ( $p=0,025$ ) und der Schmerzen ( $p=0,0078$ ). Ebenso konnte ein um bis zur Hälfte signifikant reduzierter Konsum an synthetischen Schmerzmitteln sowie eine deutliche Verbesserung der Schlafqualität beobachtet werden. An der norwegischen Studie<sup>2</sup> der Arbeitsgruppe von Dr. Odd Warholm nahmen 100 Patienten mit Arthrose teil. Bei 64,6% der Patienten führte Hagebuttenpulver zu einer signifikant verbesserten Mobilität des Hüftgelenks ( $p=0,033$ ) und einer Abnahme der Schmerzen ( $p=0,035$ ).

## Spezielles Hagebuttenpulver

Für beide Studien wurde ein standardisiertes Pulver aus der Hagebutten-Unterart *Rosa canina ssp. lito* verwendet. Reife Früchte werden nach dem Ernten sofort tiefgefroren. Von qualitativ einwandfreien Früchten werden Kerne und Fruchtfleisch von den stark reizenden Haaren getrennt und mit einem patentgeschützten Verfahren schonend getrocknet.

**Pulver:** zum Starten morgens und abends je 2,5g Hagebuttenpulver. Das Pulver kann in Joghurt oder Müsli eingerührt werden, darf aber keinesfalls heiss zubereitet werden. Ist der Erfolg zufriedenstellend, kann man auf 1-mal täglich reduzieren.

Laut Prof. Dr. med. Sigrun Chrubasik, Zürich, dauert es 4 bis 6 Wochen, bis die Wirkung spürbar ist. Nach 3 Monaten sind die Schmerzen stark gesunken, und die Beweglichkeit hat sich stark verbessert. ■

## Infos/Kontakt:

- 1 Rein E, Kharazmi A, Winther K. A herbal remedy, Hyben Vital (stand. Powder of a sub-species of *Rosa canina* fruits), reduces pain and improves general wellbeing in patients with osteoarthritis – a double-blind, placebo-controlled, randomised trial. *Phytomedicine* 2004; 11:383–91.
- 2 Warholm O, Skaar S, Hedman E, Mølmen, HM, Eik L. The Effects of a Standardized Herbal Remedy Made from a Subtype of *Rosa canina* in Patients with Osteoarthritis: A Double-Blind, Randomized, Placebo-Controlled Clinical Trial. *Curr Ther Res Clin Exp* 2003; 64:21–31.

## Quelle:

[www.hagebutten.ch](http://www.hagebutten.ch)



WETTBEWERB

Testen Sie Ihr Wissen über Hagebuttenpulver.  
Zu gewinnen sind: 10 Team-Events im Wert von CHF 300.–.

## Wie viel Hagebuttenpulver soll beim Beginn der Kur täglich eingenommen werden?

2,5 g  5 g  10 g

## Was sollte bei der Zubereitung des Pulvers vermieden werden?

Kontakt mit Metall  Einrühren in Milchprodukte  
 heisse Zubereitung

## Wann beginnt sich der Erfolg einer Hagebutten-Kur zu zeigen?

sofort nach der Einnahme  nach 2 Tagen  nach 4 bis 6 Wochen

## Nach welcher Zeit sind die Schmerzen stark gesunken und die Beweglichkeit hat sich wesentlich verbessert?

6 Wochen  3 Monate  1 Jahr

Vorname \_\_\_\_\_  
Name \_\_\_\_\_  
Strasse \_\_\_\_\_  
PLZ \_\_\_\_\_ Ort \_\_\_\_\_  
Telefon \_\_\_\_\_  
Apotheke/Drogerie \_\_\_\_\_

Senden Sie Ihre Lösung bis spätestens **16. Dezember 2005** an:  
Sanatrend AG, Hagebutte, Dielsdorferstrasse 9,  
8173 Neerach, Fax 044 859 10 09

Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt.  
Alle Gewinnerinnen und Gewinner erhalten die Preise zugesandt.