

Er durfte in keinem Kloster- und Bauerngarten fehlen: der Beinwell, auch Wallwurz genannt. Denn vielseitig konnte die beliebte Heilpflanze eingesetzt werden. Heute spielt Beinwell seine Trümpfe vor allem bei Sportverletzungen aus.

Jürg Lendenmann

Beinwell

«Eine der vornehmsten Wundarzneien»

Den Titel «Königin der Heilpflanzen» macht nur die Aloe dem Beinwell streitig. Schon sein althochdeutscher Name Beinwella oder Beinwelle weist darauf hin, wozu die Pflanze vor allem eingesetzt wurde: um Knochen (bein) zusammenwachsen (wallen) zu lassen. Auch im lateinischen Namen des Arznei-Beinwells, *Symphytum officinalis*, steckt das Zusammenwachsen (griech. *symphyein*); zudem weist *officinalis* darauf hin, dass die Beinwelldrogen bei Beinbrüchen und bei offenen Wunden schon vor Jahrhunderten als Arznei (Offizin = Apotheke) verwendet wurden.

Süsse Blüten, schleimige Wurzel

Beinwell, auch Wallwurz genannt, gehört zu den Borretschgewächsen, deren Blüten und Blätter meist stark behaart sind. Die bis zu einem Meter hoch werdenden Stauden wachsen in den gemässigten Zonen von Europa und Asien und lieben feuchte, humusreiche und lehmige Böden. Im Kanton Aargau wird die Pflanze auch Imbelichrut (Bienenkraut) genannt, da ihre nektarreichen Blüten Hummeln – sie sind für die Bestäubung wichtig – ebenso zahlreich anziehen wie Bienen. Doch der süsse Nektar hat noch andere Liebhaber:

«Auch Kinder», schreibt der Biologe und Sekundarlehrer Dr. Walter Höhn-Ochsner, «saugen mit Vorliebe den Honigsaft aus den losgerissenen Blüten.»

Der Wurzelstock des Beinwells kann bis 50 cm lang werden. Beinwellwurzeln sind aussen purpur-braun bis schwarz (ein weiterer Name der Pflanze ist Schwarzwurz), innen weiss und schleimig. Ihren zähen Schleim nutzten früher Gerber, Weber und Spinner, um Leder geschmeidig und Fasern weich zu machen.

Ein Liebling der Volksmedizin

Erstmals wird der Beinwell vom griechischen Militärarzt Padanios Dioskurides, dem berühmtesten Pharmakologen des Altertums, erwähnt; er empfahl Beinwell u. a. als Wundauflage gegen Entzündungen. Paracelsus und Hildegard von Bingen nannten die Pflanze *Consolida* (lat. *consolidare* = zusammenfügen). Im 16. Jahrhundert lobte der deutsche Adam Lonitzer (*Lonicerus*) Beinwell mit den Worten: «Ein jeder Wundarzt / soll ihme Wallwurtz zielen / die ist zu allen Wunden / Beinbrüchen und Schäden sehr heilsam und bequem.» Johann Schröder (1600–1664) lobte in seiner Chymischen Apotheke die Pflanze gar als «eine der vornehmsten Wundarzneien». Der englische Arzt und Apotheker Nicholas Culpeper (1616–1654) schreibt begeistert: «Der Beinwell hat eine solche Kraft zu heilen und zusammenzufügen, dass zerteilte Fleischstücke wie-



Bild: © Teamarbeit, Fotolia.com

der zusammenwachsen, wenn man sie mit Beinwell in einem Topf kocht.» Auch zum Analogiezauber diente Beinwell: Bei Beinbrüchen wurde eine Beinwellwurzel ausgegraben, in zwei Teile zerbrochen, die Teile bandagiert und in eine Ecke gestellt.

Wegen seiner vielseitigen medizinischen Einsatzmöglichkeiten durfte Beinwell in keinem Kloster- und Bauengarten fehlen. In der Volksmedizin wurde die Pflanze bei einer Vielzahl weiterer Krankheiten verwendet: äusserlich bei Schleimbeutel-, Knochenhaut- und Venenentzündung, Drüsenanschwellung, schlecht heilenden Wunden und Krampfadern; innerlich bei Blutungen, blutigem Durchfall, Magen- und Darmgeschwüren, bei Husten und Lungenleiden wie Tuberkulose, Lungenentzündungen und Bronchitis, bei Blutergüssen und Ödemen.

Problematische Kulinarik

Doch Beinwell war mehr als ein Heilkraut. Seine Blätter werden noch heute als Gewürz verwendet, als Salat gegessen, wie Spinat zubereitet oder – wie Salbeiblätter (Müslischruut) – im Bierteig gebacken (Chuechi-Chruut). Die Wurzeln wurden geraffelt, roh oder gedünstet als Gemüse gegessen.

In Hungersnöten dienten Wurzeln und Blätter – sie enthalten viel hochwertiges Eiweiss – als Kartoffelersatz. Von häufigem Verzehr bzw. innerlicher Verwendung ist allerdings abzuraten. Denn heute weiss man, dass vor allem die Blätter Pyrrolizidinalkaloide (PA) enthalten, die sich in hohen Dosen in Tierversuchen als krebserregend und leberschädigend erwiesen haben. Aus diesem Grund wurden Arzneimittel mit Beinwell in den 1990er-Jahren nur für den äusserlichen Gebrauch zugelassen.

Moderne Arzneipräparate

Mittlerweile sind aber Arzneien aus Beinwell-Sorten mit extrem geringem Gehalt an PA erhältlich sowie Präparate, bei deren Aufbereitung diese giftigen Substanzen entfernt werden. Solche PA-armen oder freien Heilmittel können auch z.B. bei offenen Wunden eingesetzt werden. Zur Herstellung von Heilmitteln werden nach der Ernte getrocknete Blätter (*Symphyti herba*) sowie im Herbst oder im Frühjahr vor der Blüte gesammelte Wurzeln (*Symphyti radix*) verwendet. Als Wirkstoffe beschrieben wurden u.a. Asparagin, Schleimstoffe, Rosmarinsäure, Gerbstoffe (keimhemmend), Cholin (durchblutungsfördernd), B-Vitamine, Kieselsäure und

Allantoin. Allantoin ist ein Harnstoffabkömmling und wirkt granulationsfördernd, wundsekretsteigernd und wundreinigend. Zusammen mit der Kieselsäure regt es die Bildung des Kallus – von neu gebildetem Knochengewebe an.

Beinwell wird heute eingesetzt bei Knochen- und Knochenhautverletzungen, Prellungen, Zerrungen und Verstauchungen sowie bei Gelenkarthrose, Sehnencheidenentzündung, Tennis- und Golferellenbogen; die Wirksamkeit bei diesen Anwendungsgebieten wurde in klinischen Studien belegt. Die entzündungshemmenden Eigenschaften zeigten sich in mehreren klinischen Studien denen von synthetischen Entzündungshemmern ebenbürtig.

Ebenso zeigte eine Doppelblindstudie für ein PA-freies Präparat neben abschwellenden, entzündungshemmenden und schmerzlindernden Wirkungen auch eine beschleunigte Wundheilung.