

Organ der Union Deutscher Heilpraktiker e.V.

# Zeitschrift für Naturheilkunde

<http://www.Verlag-ZfN.de>

E-MAIL: [Redaktion@Verlag-ZfN.de](mailto:Redaktion@Verlag-ZfN.de)



*Sonderdruck zum Thema: Eleu-Wurzel*



# Die Eleu-Wurzel pflanzliches Adaptogen zur Infektabwehr



Dr. Norbert Lagoni

Pflanzliche Adaptogene bilden in der Phyto- und Homöotherapie eine eigene Heilmittelgruppe. Komplementär verwendete Adaptogene zeichnen sich durch stärkende, harmonisierende sowie regenerativ wirksame Inhaltsstoffe aus und können die humorale und zelluläre Abwehr anpassen.

#### ELEUWURZEL - SYNONYME

Neben der botanisch-systematischen Bezeichnung: *Eleutherococcus senticosus* Maxim. wird die aus Asien stammende Pflanze umgangssprachlich auch, mehr oder weniger zutreffend, als Fingeraralie, Stachelpanax, Stachel-Eleutherokokk, Sibirischer Ginseng oder Taigawurzel bezeichnet. Die Bezeichnung Taigawurzel (*Radix Eleutherococci*) gibt einen Hinweis auf ihre Herkunftsregion, die Taiga Russlands (Ostsibirien), obwohl Süd-Ostasien (Japan, Korea, Nordchina) ebenfalls zu den klassischen Herkunftsländern gehört. In pharmazeutischer Arzneizubereitung und Kennzeichnung hat sich die Bezeichnung ELEU-Wurzel durchgesetzt.

#### BOTANIK, DROGE, INHALTSSTOFFE

Eine botanische Besonderheit der kältestabilen, vier bis sechs Meter

hoch-wachsenden *Aralia*-Art, die zur Familie der Efeugewächse (*Araliaceae*) gehört, ist der Dornenbesatz der jungen Triebe, was im Namenszusatz ‚senticosus‘ = dornenreich (stachelig) zum Ausdruck kommt. Die Droge besteht aus den getrockneten Wurzeln und auch Teilen des Wurzelstockes von *Eleutherococcus senticosus* Maxim. Die Ernte der Wurzeln findet durch kontrollierte Wildsammlung in den Herkunftsländern statt. In Europa (Deutschland) erfolgt die Nutzung aus kontrolliertem Anbau zum Zeitpunkt höchster Wirkstoffkonzentration im erntereifen Wurzelstock. Analytisch sind unterschiedliche Stoffgruppen nachweisbar, die mit dem Sammelnamen Eleutheroside bezeichnet werden. Arzneilich relevante Inhaltsstoffe sind unter anderem Lignane, Phenylpropanderivate, Triterpensaponine, Cumarinderivate, verschiedene Polysaccharide, Vanillin, Vitamin E sowie mehrere ätherische Öle.

#### ELEU-EXTRAKT - ANTIVIRALE WIRKUNG

Eine Vielzahl experimenteller und klinischer Studien weisen *Eleutherococcus senticosus* als antiviral wirksames Phytopharmakon aus. Untersuchungen belegen eine virushemmende Wirkung gegen Inflenzaviren (Influenza Typ A Virus). Es konnte in klinischen Studien die

präventive Wirksamkeit von ELEU bei viralen Infekten und anderen Erkrankungen des Respirationstraktes belegt werden. Dem antiviralen Wirkmechanismus liegt nach Applikation ein Anstieg von Gammainterferon zugrunde, was primär auf eine gesteigerte T-Zellaktivität hinweist. Dabei wird die Virenvermehrung gehemmt und somit deren Ausbreitung minimiert. Von einer sekundären Aktivierung immunkompetenter Fresszellen (Makrophagen) kann ausgegangen werden, was insbesondere bei geschwächtem Immunsystem relevant ist.

#### IMMUNMODULATORISCHE EFFEKTE

Immunmodulatorische Effekte und die antivirale Wirkung von *Eleutherococcus senticosus* bilden in der zellulären Immunabwehr ein System. Extrakte aus der ELEU-Wurzel erhöhen sowohl experimentell als auch im klinischen Versuch die Phagozytose-Aktivität relevanter Abwehrzellen (Granulozyten und Monozyten) und fördern die Proliferation immunkompetenter B- und T-Lymphozyten durch Aktivierung von Interleukin 1+6. In einer klinischen plazebokontrollierten Doppelblindstudie mit *Eleutherococcus senticosus* konnte ein signifikanter Anstieg der Gesamtlymphozyten, sowohl der B- als auch der T-Lymphozyten, nachgewiesen werden. Die Erhöhung der T-Helfer-Zellen war von allen Subpopulationen am stärksten ausgeprägt und somit ist auch eine Wirkung auf andere Abwehrzellen, speziell auf die B-Zellen (Antikörperbildung), gegeben. Es ist davon auszugehen, dass es durch ausreichende Verabreichung von ELEU-Fluidextrakt zu einem Anstieg (Zahl) der Lymphozyten kommt (Monografie Kommission E, BGA 1991). Weitere T-Zell-Populationen, wie NK-Zellen und Suppressor-Zellen werden aktiviert. Suppressor-Zellen sind insbesondere an der Hemmung und Beendigung immunologischer Abwehrvorgänge beteiligt. Funktionell haben sie die Aufgabe, die Immunantwort und eine mögliche überschießende Reaktion zu bremsen.

#### STABILISIERUNG DER IMMUNABWEHR

Durch eine Vielzahl klinischer Studien (HAGER et al., 2001) mit Eleu-Wurzel-Extrakten gilt die immunmodulierende und -stimulierende sowie antivirale Wirksamkeit dieser Extrakte als belegt. Im Praxisalltag sind von besonderem Interesse und Relevanz für den Einsatz von ELEU-Fluidextrakt die Schutzwirkungen einer nachhaltigen Prävention (Prophylaxe) gegen grippale Infekte. Studien zeigen, dass die präventive Einnahme von Taigawurzel-Extrakt zu einer Reduzierung sowohl der Erkrankungsrate beitragen kann und die Schwere des Krankheitsverlaufes sowie die Anzahl der Krankheitstage reduziert. Dieses gilt für virale Atemwegs- und Erkältungskrankheiten.

#### INDIKATIONEN - EMPFEHLUNGEN

Aus den Monografien relevanter nationaler und internationaler Institutionen (BfArM, ESCOP, HMPC, WHO) zu *Eleutherococcus senticosus* ist die komplementäre Anwendung standardisierter ELEU-Extrakt haltigen Fertigarzneimittel in der naturheilkundlichen Praxis im Einzelfall abzuwägen:

- bei viraler Atemwegserkrankung
- bei Erkältungskrankheiten, grippalen Infekten
- bei Erkrankungen der oberen Luftwege (Sinusitis, Bronchitis)
- zur Rekonvaleszenz nach schweren Infekten
- zur Stärkung bei nachlassender Leistungsfähigkeit
- präventiv bei stressbedingten Erkrankungen (Burnout-Syndrom)
- bei anhaltender Müdigkeit, Schwächegefühl

#### DARREICHUNGSFORMEN UND DOSIERUNGSEMPFEHLUNG

Als handelsübliche, apothekenpflichtige Fertigarzneimittel mit unterschiedlichem Extrakt-Gehalt stehen sowohl Lösungen (Tropfen) als auch feste Arzneimittel als Tabletten, Hart- oder Weichkapseln zur

Verfügung. Gemäß der Monografie der Kommission E (*Eleutherococci radix*) sollte die Tagesdosis 2 – 3 g Droge betragen.

#### ANWENDUNG IN DER PRAXIS

Extrakte aus der ELEU-Wurzel helfen dem Organismus die Krankheitserreger bereits zu Beginn einer Infektion rechtzeitig zu erkennen und abzuwehren. Erkältungsviren, die bereits eingedrungen sind, werden gleich in der Anfangsphase bevor sie sich rasant vermehren können, bekämpft. Außerdem hilft ELEU dem Körper sich an auf ihn einwirkende Stressfaktoren (Krankheitserreger, Kälte, Stress u.a.) besser anzupassen. ELEU stärkt die Langzeitresistenz gegenüber Krankheiten und fördert regenerierende Heilungsprozesse. Sie hilft dem Körper, sich an extreme Situationen optimal anzupassen und sorgt so für die richtige Reaktion des Immunsystems (Immunantwort), indem sie bedarfsweise aktiv unterstützt (Virenhemmung und Stimulierung von Makrophagen) oder ausgleichend beeinflusst (regeneriert durch verbesserte DNA/RNA und Eiweißsynthese). Als Adaptogen stärkt die ELEU-Wurzel daher eine optimale Anpassungsreaktion des Körpers und stellt das für Heilungsprozesse wichtige Gleichgewicht verschiedener Körperfunktionen wieder her und fördert somit die Langzeitresistenz des Organismus gegenüber Krankheiten.

#### CHARAKTERISTISCHE BESONDERHEITEN DER ELEU-WURZEL

Im Vergleich mit anderen adaptogen-wirkenden und immunstimulierenden pflanzlichen Extrakten, wie z. B. Ginseng- oder Echinacea-Extrakt, werden ELEU-Wurzel-Extrakte eingesetzt:

- präventiv in Zeiten erhöhter Erkältungsgefahr (erhöhte Grippeinzidenz)
- akut bei geschwächtem Immunsystem und ersten Anzeichen einer viralen und/oder bakteriellen Infektion sowie zur Ergänzung einer Antibiotikatherapie
- zur nachhaltigen Unterstützung der körpereigenen Widerstandskräfte in Belastungssituationen und bei geschwächtem Immunsystem.

Als Anwendungsbeschränkungen gelten:

- keine Anwendung bei Kindern unter 12 Jahren
- Schwangerschaft und Stillzeit
- Überempfindlichkeit (allergisch) gegen Fluidextrakt



Blüten und Früchte: *Eleutherococcus senticosus*

Literatur:

- Bachmann, Christoph: Klinische Studien mit der Taigawurzel. *Ars medici Phytotherapie* (2010)
- ESCOP Monographs (2nd edition), *eleutherococci radix*, Thieme Verlag (2003)
- Hager, H. et al.: *Eleutherococcus senticosus* (RUPR. et MAXIM.) MAXIM.: In Hagers Handbuch der Pharmazeutischen Praxis: Springer Verlag, Heidelberg (2001)
- HMPC (Committee on herbal medicinal products): *Community Herbal Monograph on Eleutherococcus senticosus* (RUPR. et MAXIM.) London: EMEA (2008)
- Koslov, VK: *New Data on Eleutherococcus*; Vladivostok Academy of Sciences of the USSR, Far East Science Center, 277-281 (1986)
- Lagoni, N.: Pflanzliches Adaptogen contra Stress. *Zeitschrift für Naturheilkunde* 64, 4, 138-139 (2010)
- Paprotka-Kühne, Margitta: Taigawurzel (*Eleutherococcus senticosus* Maxim). *Zeitschrift für Komplementärmedizin* 5, 50 (2011)
- Reglin, F.: *Eleutherococcus senticosus – Schutzschild gegen Stress und Stress bedingte Beschwerden*. In Ralf Reglin Verlag Köln (2009).

ELEU CURARINA® Tropfen\*) mit dem Wirkstoff: Fluidextrakt aus getrockneten Wurzeln von *Eleutherococcus senticosus*, ist ein Ethanolhaltiges, apothekenpflichtiges Fertigarzneimittel. Die Anwendungsgebiete der ELEU-Tropfen entsprechen der Empfehlung der Kommission E: Als Tonikum zur Stärkung und Kräftigung bei Müdigkeits- und Schwächegefühl, nachlassender Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit sowie in der Rekonvaleszenz.

ELEU CURARINA® Tropfen mit dem rein pflanzlichen Wirkstoff aus getrockneten Wurzeln von *Eleutherococcus senticosus*, ist ein zugelassenes, apothekenpflichtiges Tropfenpräparat (50 ml N2 + 100 ml N3). Der Fluidextrakt beinhaltet keine chemisch-synthetischen Zusatzstoffe. Die Tropfen enthalten 32 Vol.% Alkohol. Erwachsene nehmen 2 mal täglich 30 Tropfen unverdünnt ein. Als Anwendungsdauer wird (kurmässig) die Einnahme bis 3 Monate empfohlen, nach einer einmonatigen Pause kann die Einnahme wiederholt werden.

Verfasser:

Dr. Norbert Lagoni, München  
Falkenhorstweg 4  
81476 München  
n.lagoni@t-online.de