

Harongabaum Natürliche Hilfe bei Verdauungsschwäche

Ernst-Albert Meyer

Eine Verdauungsschwäche verursacht meist belastende Beschwerden: Völlegefühl, Blähungen, Oberbauchschmerzen und anderes mehr. Sie treten besonders im Alter und als Symptome einer exogenen Pankreasinsuffizienz auf. Hier hat sich der Harongabaum bewährt, dessen Inhaltsstoffe die Produktion und Sekretion von Magen-, Gallen- und Pankreassaft anregen.

Tatsache ist, dass ältere Menschen häufiger über dyspeptische Beschwerden klagen als jüngere. Ursache dafür ist meist eine Verdauungsschwäche, die altersbedingt auftritt und zu belastenden Symptomen führen kann. Die Medizin begründet dies damit, dass es im Alter zu einer allgemeinen Abnahme der Leistungen der Verdauungsorgane kommt. So sind die Durchblutung der Magenschleimhaut und die Magen- und Darmmotilität reduziert, was den Verdauungsprozess verlängert und zu Magenschmerzen und Blähungen führen kann. Außerdem vermindert sich im Alter die Produktion von Magensalzsäure, Gallen- und Pankreassaft. Hinzu kommt eine schlechtere Durchblutung von Galle und Pankreas. Dies wirkt sich ebenfalls nachteilig auf die Produktion von Galle und Pankreassaft aus. Da jetzt die wichtigen Pankreasenzyme nur unzureichend vorhanden sind, gelangen unverdaute Nahrungsbestandteile in den Dickdarm, wo sie Darmbakterien als Nahrung dienen. Als Folge kommt es zur vermehrten Bildung von Darmgasen, welche die dyspeptischen Beschwerden noch verstärken. Besonders nach fettreicher Nahrung treten Blähungen, Aufstoßen, Völlegefühl und Oberbauchschmerzen sowie fette Stühle bei älteren Menschen massiv auf. Diese oft im Alter eingeschränkte Verdauungsleistung wird auch als Altersmaldigestion bezeichnet.

Exokrine Pankreasinsuffizienz

Die Bauchspeicheldrüse (Pankreas) gilt als wichtigste Verdauungsdrüse und wiegt circa

100 g. Das Pankreas produziert als Drüse mit exokriner (äußerer) Sekretion täglich etwa zwei Liter Pankreassaft (Bauchspeichel), der in den Zwölffingerdarm abgegeben wird. Neben der äußeren Sekretion von Bauchspeichel besitzt das Pankreas noch eine endokrine (innere) Sekretion. So produzieren bestimmte Zellen, die Langerhans-Inseln, z. B. das Insulin und geben dieses ins Blut ab. Der Bauchspeichel enthält wichtige Verdauungsenzyme:

- Lipasen, wie z. B. Lipase und Phospholipase, sind die wichtigsten Enzyme zur Fettverdauung.
- Amylasen, wie z. B. Alpha-Amylase, spalten Kohlenhydrate in einfache Zucker auf.
- Proteasen, wie z. B. Chymotrypsin und Trypsin, spalten Peptidbindungen innerhalb der Eiweißmoleküle auf.

Störungen der Funktion der Bauchspeicheldrüse können ebenfalls Oberbauchschmerzen, Blähungen, Völlegefühl sowie Druck- und Spannungsgefühl im Verdauungstrakt auslösen. Der Arzt spricht von einer exokrinen Pankreasinsuffizienz. Damit wird eine Abnahme der Pankreasfunktion in Hinsicht auf die Sekretionsleistung bezeichnet. Häufigste Ursache ist eine chronische Entzündung dieses Organs, die chronische Pankreatitis. Im Verlauf der Erkrankung kommt es zu einem Untergang von Zellen und zur Narbenbildung. Unterschreitet die Produktion der Pankreasenzyme einen kritischen Wert, wird die Nahrung nicht mehr ausreichend verdaut und kann damit nicht mehr vollständig in den Körper aufgenommen werden. Dabei steht die gestörte Fettverdauung im

Vordergrund. Mit dem Fortschreiten der Erkrankung kommt es aufgrund der ungenügenden Aufspaltung der Nährstoffe zu Symptomen wie Blähungen, Durchfall, Fettstühlen und Gewichtsabnahme. Die Patienten berichten des Weiteren über häufige Oberbauchbeschwerden, Übelkeit und mangelnden Appetit. Das Ausmaß der Beschwerden hängt vom Grad der Zerstörung der Bauchspeicheldrüse ab.

Andere Ursachen und Folgen

Eine exogene Pankreasinsuffizienz tritt bei rund 85 Prozent der Mukoviszidosepatienten auf. Auch bei Diabetes mellitus ist die Funktion der Bauchspeicheldrüse und damit die Enzym- bzw. Hormonproduktion beeinträchtigt. Besonders hoch ist das Risiko für Typ-2-Diabetiker, eine Pankreasinsuffizienz zu entwickeln. Bei Alkoholikern kann ebenfalls das Pankreas geschädigt sein. Außerdem können häufige Gallenwegsinfekte eine chronische Pankreatitis mit verminderter Enzymproduktion auslösen. Oft führen Blähungen und Völlegefühl zu belastenden Folgebeschwerden: So kommt es häufig vor, dass Patienten mit Herzbeschwerden (Angina pectoris, Herzrhythmusstörungen, Atemnot, Blutdruckabfall und Schweißausbrüchen) besorgt den Arzt aufsuchen. Im EKG zeigen sich aber keine oder nur geringfügige Veränderungen, was beweist, dass keine krankhafte Herzveränderung vorliegt. Die Ursache für diese oftmals belastenden Beschwerden ist eine übermäßige Gasansammlung (Meteorismus) im Magen-Darm-

Trakt. Die Blähungen treiben das Zwerchfell hoch, das aufs Herz drückt und zu einer Herzverlagerung führt. Sie löst die Herzbeschwerden aus, die nach ihrem Entdecker, dem Arzt Ludwig Roemheld, benannt wurden.

Die Entdeckung einer Heilpflanze

Der Dresdener Apotheker und Homöopath Dr. Willmar Schwabe (1839 bis 1917) beobachtete bei einem Besuch der Insel Madagaskar, dass die Eingeborenen nach den Mahlzeiten – besonders nach fettem Essen – kleine Rindenstücke kauten. Auf Befragen erklärten die Eingeborenen Schwabe, dass diese Rinde die Mahlzeiten bekömmlicher mache. So lernte Willmar Schwabe den Harongabaum kennen, dessen Rinde die Verdauung fördert. Der Harongabaum (*Harungana madagascariensis*) ist ein Baum oder Strauch, wobei der Baum bis zwölf Meter hoch werden kann. Die Pflanze besitzt große, feste, immergrüne, gegenständige Blätter und dolbig angeordnete Blütenstände. Aus den kleinen gelben Blüten entstehen kugelige Früchte. Rinde und Blätter enthalten Sekretbehälter mit rotbraunem Sekret, daher auch der Name „Drachenblutbaum“. *Harungana madagascariensis* gehört wie unser Johanniskraut zur Familie der Johanniskrautgewächse (*Hypericaceae*). Der Harongabaum ist vor allem auf Madagaskar und in Ost- und Südafrika beheimatet. Als Droge werden Rinde der Zweige und Blätter verwendet. Mit „Haronga“ wird ein Extrakt aus der Rinde und den Blättern bezeichnet.

Wirksamkeitsbestimmende Inhaltsstoffe

Die Rinde enthält ca. 0,1 % 1,8-Dihydroxyanthracen-Derivate (darunter Harunganin und Madagascin). In den Blättern sind dimer 1,8-Dihydroxyanthracen-Derivate sowie Hypericin und Pseudohypericin lokalisiert. Die letzten beiden Inhaltsstoffe sind auch im Johanniskraut vorhanden. Nach erfolgreichen tierexperimentellen Untersuchungen wurden fraktionierte Magenaushebungen bzw. Duodenalsondierungen am Menschen vorgenommen. Bei ihnen ergab sich nach Haronga-Einnahme eine deutliche Zunahme der Magensaft- und Säureproduktion. Außerdem wurde die Choleresse angeregt und die exokrine Funktion des Pankreas stimuliert. Das zeigte sich in einem Anstieg des Bilirubins sowie der Pankreasamylase. Ins-

gesamt gelten heute folgende pharmakologische Eigenschaften der Droge als belegt: Stimulierung der exokrinen Pankreasfunktion, Anregung der Magensaftsekretion, ein choleretischer und cholekinetischer Effekt sowie karminative Eigenschaften. Keine andere Heilpflanze besitzt eine ähnliche, die gesamte Verdauung anregende Funktion wie der Harongabaum.

Die Positiv-Monografie

Nach Prüfung des wissenschaftlichen Erkenntnismaterials hat die Kommission E beim damaligen Bundesgesundheitsamt 1990 die Positiv-Monografie „*Harunganae madagascariensis cortex et folium*“ (Haronga Rinde und Blätter) verabschiedet. Als Anwendungsgebiete werden genannt: „dyspeptische Beschwerden; leichte exokrine Pankreasinsuffizienz“. Dabei wurden die oben genannten pharmakologischen Eigenschaften bestätigt. Als Gegenanzeigen sind zu berücksichtigen: akute Pankreatitis und akute Schübe einer chronisch rezidivierenden Pankreatitis, schwere Leberfunktionsstörung, Gallensteinleiden, Verschluss der Gallenwege, Gallenblasenemphysem (Blähungen in der Gallenblase), Ileus (Darmverschluss). Nebenwirkungen und Wechselwirkungen sind bis jetzt keine bekannt!

Obwohl beim Menschen bis jetzt sehr selten beobachtet, können Hypericin und Pseudohypericin – ähnlich wie Johanniskraut – zu einer Photosensibilisierung bei hellhäutigen Personen führen. Zubereitungen aus der Droge, z. B. Extrakte, sollten – da bis jetzt keine Langzeitstudien existieren – nicht länger als zwei Monate eingenommen werden. Da keine Studien vorliegen, sollten Harongaphytopharmaka nicht bei Kindern unter zwölf Jahren zur Anwendung kommen. Obwohl in anderen Ländern eine Vielzahl von Phytopharmaka mit der Droge Haronga erhältlich sind, gibt es in Deutschland – obwohl verkehrsfähig – zurzeit keine Präparate mit dieser wertvollen Heilpflanze im Handel.

Haronga in der Homöopathie

In der Homöopathie gelten Harongapräparate als Mittel der Wahl bei dyspeptischen Beschwerden und bei leichter bis mittelschwerer exogener Pankreasinsuffizienz. Auch die Kommission D beim damaligen Bundesgesundheitsamt hat das pflanzlich-homöopathische Mittel Haronga positiv beurteilt und empfiehlt als Indikation: „Ver-

dauungsschwäche bei Funktionsstörungen der Bauchspeicheldrüse“. Zur Herstellung der Urtinktur wird eine Mischung eingesetzt, die zu etwa einem Teil aus getrockneten Blättern und zu etwa zwei Teilen aus getrockneter Zweigrinde besteht. Haronga gibt es in verschiedenen Potenzen als Dilution, Tabletten und Globuli. Besonders bewährt hat sich Haronga als homöopathisches Komplexmittel, wie z. B. Metaharonga. In Komplexpräparaten werden homöopathische Einzelstoffe miteinander kombiniert, die synergetisch wirken, sich also in ihrer Wirkung gegenseitig ergänzen und verstärken, und so ein breites Band an Beschwerden abdecken. Metaharonga® enthält außer Haronga Urtinktur *Eichhornia crassipes*, die Wasserhyazinthe. Sie beeinflusst Leber und Pankreas und wird bei Meteorismus, Blähungen, Oberbauchschmerzen, Pankreasinsuffizienz und Postcholestektomie-Syndrom eingesetzt. Als weitere Bestandteile des Präparates sind Okoubaka, das entgiftende Eigenschaften im Magen-Darm-Trakt entwickelt, und *Syzygium cumini*, der Jambulbaum, ein Antidiarrhoikum, zu nennen. *Taraxacum*, der Löwenzahn, kommt bei Beschwerden von Magen und Galle zur Anwendung und lindert Blähungen. *Asa foetida*, der Stinkasant, wird bei stark aufgetriebenem Abdomen und stinkender Diarrhö eingesetzt. Als bewährtes Mittel ist noch *Nux vomica*, die Brechnuss, enthalten. Sie ist zu empfehlen bei Magenschmerzen, Sodbrennen, Übelkeit, Erbrechen, Blähungskoliken, Gastritis und spastischer Obstipation. In dem bekannten Fachbuch „Leitfaden Phytotherapie“ (Verlag Urban & Fischer, München) weisen die Autoren Schilcher, Kammerer und Wegener mit dem Satz „Bei gestörter exokriner Pankreasinsuffizienz auf jeden Fall einen Versuch mit Harongarindenzubereitungen unternehmen!“ auf die Bedeutung dieser Heilpflanze bei Verdauungsschwäche hin. Da entsprechende Phytopharmaka zurzeit nicht erhältlich sind, ist dem Therapeuten das registrierte homöopathische Arzneimittel Metaharonga® – mit der Haronga Urtinktur zu empfehlen.

Anschrift des Verfassers

Ernst-Albert Meyer
Fachapotheker für Offizin-Pharmazie
und Medizin-Journalist
Oldendorfer Straße 44
31840 Hessisch Oldendorf