



## Portrait einer Heilpflanze (Teil II)

# Die Salbei

Das lateinische Verb »salvere« bedeutet »gesund sein«, das Eigenschaftswort »salvus« heil, wohlbehalten, gesund, gerettet, noch am Leben befindlich. Der botanische Gattungsname »salvia« könnte von salvere bzw. salvus abgeleitet worden sein. Der lateinische Gruß »salve« steht sprachlich in der Nähe von »salvere, salvus und salvia« und bedeutet: Sei gesund, sei glücklich, lebe wohl! Noch heute wird das Multitalent Salbei seinem Namen gerecht und hilft bei vielen Beschwerden.

### Zum therapeutischen Wert

Salbei ist seit jeher wegen seiner antihydrotischen (schweißhemmend) Wirkung bekannt. Salbeitee wirkt gegen die Nachtschweißabsonderung von Rekonvaleszenten und Tuberkulosepatienten, im Klimakterium wie bei Hyperthyreose (Schilddrüsenüberfunktion). Auch zur Therapie feuchter Hände wird mehrwöchiges Trinken von Salbeitee empfohlen. Die Wirkstoffe der Salbei normalisieren bei längerer Anwendung die Schweißdrüsenabsonderung und regulieren das vegetative Nervensystem.

Bei Wunden, Furunkeln und Unterschenkelgeschwüren ist die antiphlogistische Wirkung der Salbeinhaltsstoffe angezeigt. Man setzt sie äußerlich in Form von Waschungen oder Umschlägen mit Salbeiabkochung ein. Bei Hals-, Rachen-, Mandel-, Mundschleimhaut- und Zahnfleischentzündungen spült oder gurgelt man mit Salbeitee oder Salbeiabkochung. Hilfreich ist auch das Kauen frischer Salbeiblätter. Die Salbei greift hier dreifach in das Krankheitsgeschehen ein: durch die hautreizenden und antiseptischen Eigenschaften des ätherischen Öls sowie die adstringierende Wirkung der Rosmarinsäure. Durch den Hautreiz werden die Kapillaren erweitert, also besser durchblutet und folglich besser ernährt. Rosmarinsäure dichtet die obersten Zell-

schichten ab und hemmt die Sekretion des entzündeten Gewebes. Zu den antimikrobiellen Aktivitäten der Salbeinhaltsstoffe tritt noch eine deutliche fungizide (pilzabtötend) Wirkung. Gerühmt wird Salbei auch als Expektorans, als auswurförderndes Phytotherapeutikum. Salbeiöl ist also auch in Hustenpräparaten enthalten, Salbeiblätter in Hustentees.

Die Homöopathie kennt die Urtinktur aus frischem Salbei sowie verschiedene homöopathische Potenzen. Hauptindikationsgebiete sind Schweißabsonderungen besonders bei Tuberkulosekranken, Schweiß im Klimakterium und der Bronchialkatarrh. Salvia D 1, 1:100 mit Wasser verdünnt, dient zum Gurgeln beim mit starker Verschleimung verbundenen Bronchialkatarrh.

Die jahrzehntelangen Erfahrungen der Salbeiverarbeiter werden gestützt und erweitert durch die wissenschaftlichen

Untersuchungen in der Monographie zur Salbei (Prof. Dr. Rimpler) sowie durch die Arbeiten des wohl bekanntesten Salbeiforschers, Prof. Dr. Carl Heinz Brieskorn (Universität Würzburg: Zeitschrift für Phytotherapie, Heft 12/1991, S. 61-69).

### Nebenwirkungen

Stillenden Müttern ist zu empfehlen, auf reichlichen Genuss von Salbeitee zu verzichten, da Salbei die Milchsekretion hemmt. Isoliertes Thujon löst im Tierversuch zentrale Erregungen aus, die große Ähnlichkeit mit epileptiformen Krämpfen haben. Da Thujon mit durchschnittlich etwa 30% im Salbeiöl vorliegt, Salbeiöl in den Blättern mit maximal 2,5% vorkommt, müsste man täglich mehrere hundert Tassen Salbeitee trinken, um in die Nähe der Wirkung reinen Thujons zu kommen.

### Salbei als Genussmittel

Salvia officinalis gehört in Amerika, weit mehr als bei uns, zu den meistgebrauchten Küchengewürzen. Verwendet werden sowohl die frischen als auch die getrockneten Blätter. Die frischen Blätter werden meist in unzerkleinertem Zustand, die getrockneten so fein wie möglich pulverisiert zugesetzt. Das Gewürz steigert den Geschmack, verbessert die Verdaulichkeit, besonders bei Fisch, Lamm, Leber und Geflügelfüllungen. Dank der antioxidativen Eigenschaften von Carnosolsäure, Carnosol und Rosmarinsäure verleiht Salbei den Speisen eine verlängerte Haltbarkeit. Bevor der Kühlschrank zum unentbehrlichen Kücheninventar wurde, wusste man, dass Salbei das Ranzigwerden von Fett verhindert. Muskateller-Salbei (Salvia sclarea)

wurde früher verwendet, um Wein einen besonderen Muskateller-Geschmack zu verleihen.

Aus Muskateller- und Echter Salbei lässt sich Kräuteressig herstellen. Die Blätter von Salbei, Krauser Minze und Zitronenmelisse in Zuckerwasser mit einer aufgeschnittenen Zitrone sowie Zitronensäure in einem Steingutgefäß aufgesetzt, ergeben ein schwach alkoholisches, perlendes Erfrischungsgetränk.

### Salbeianbau und -verarbeitung in Deutschland

Beispielsweise wird seit ca. 80 Jahren Salbei in mehrjährigen Kulturen in Freital bei Dresden angebaut. Über 60 pharmazeutische Unternehmen in Deutschland stellen heute Arzneimittel mit Salbei her. Seit fast 100 Jahren werden Salbeiprodukte in Freital hergestellt. Das dort ansässige pharmazeutische Unternehmen nutzt nicht nur die Blätter, sondern auch Blüten, Wurzeln und Harz dieser kostbaren Heilpflanze.

### Legenden von der Salbei

Um Heilpflanzen ranken sich seit alten Zeiten viele Sagen und Legenden. Sie widerspiegeln die im Erfahrungsschatz der Menschen fest verwurzelte Hochachtung vor diesen Heilpflanzen. Mit der nachfolgenden Legende von der Salbei soll dieses Portrait ausklingen:

Als die heilige Gottesmutter mit dem Jesuskind vor Herodes fliehen musste, bat sie alle Blumen des Feldes, ihr zu helfen; aber keine gewährte ihr Obdach. Da neigte sie sich zur Salbei und siehe, hier fand sie Zuflucht. Unter ihren dichten, schützenden Blättern versteckte sie sich und das Kindlein vor den Schergen des Herodes. Sie zogen vorüber und sahen sie nicht. Da nun die Gefahr überstanden war, kam die Mutter Gottes hervor und sprach liebevoll zur Salbei: »Von nun an bis in Ewigkeit wirst du eine Lieblingsblume der Menschen sein. Ich gebe dir die Kraft, die Menschen zu heilen von jeder Krankheit; errette sie vom Tode, wie du es auch an mir getan hast.« Seither blüht das Kräutlein allezeit zu Heil und Hilfe der Menschen. Günter Ickert ■

