

# Echinacea purpurea L. MOENCH



Schön und von grosser Heilkraft.

## Botanik

*Echinacea purpurea* (L.) MOENCH, der rote Sonnenhut, ist eine ausdauernde Staude, die aus Nordamerika stammt. Die Pflanze erreicht mit einer Höhe von bis zu 1.80 m eine imposante Grösse. Ihre Blätter sind unten breit-eiförmig und werden nach oben zur Blüte hin eher breit-lanzettlich in der Form. Der Stängel ist nur leicht, die Blätter aber deutlich mit Borstenhaaren besetzt, was der Pflanze eine eher raue und kratzende Ausstrahlung verleiht. Dies scheint so gar nicht zu dem Bild der grossen ausdrucksstarken Korbblüten zu passen, die an der Spitze der Stängel stehen und in den Monaten Juni bis August erscheinen. Diese sind von den wunderbar rosaroten bis purpur farbenen Zungenblüten geprägt. Zu Beginn der Blütezeit stehen die noch grünen Zungenblüten zunächst senkrecht nach oben, im Laufe der Entwicklung erhalten sie die schöne Färbung und klappen dann um 180 Grad nach unten. Die Röhrenblüten, welche in der Mitte der Korbblüte stehen, werden von harten Spreublättern begleitet, die sich wie ein Igel anfühlen und dem Sonnenhut auch den Namen «Igelkopf» gegeben haben. Auch der lateinische Name «Echinacea» leitet sich vom griechischen Wort für Igel (echinos) ab. Im Laufe der Blühphase wölbt sich der zentrale Teil der Blüte immer weiter wie ein Kegel auf, was dieser ihre charakteristische Form gibt. In blühenden Beständen herrscht ein intensiver Besuch von zahlreichen Insekten, die als Bestäuber fungieren.

## Inhaltsstoffe

Zu den typischen Inhaltsstoffen des roten Sonnenhuts gehören Kaffeesäurederivate (z.B. Cichoriensäure), Flavonoide, ätherisches Öl, Polyacetylene, Alkamide und Polysaccharide.

## Verwendung

Die ursprünglich aus Amerika stammende Heilpflanze *Echinacea purpurea* (L.) MOENCH hat eine lange Tradition in der indianischen Medizin. Es verwundert deshalb nicht, dass die Anwendung von Echinacea-Präparaten schnell einen festen Platz bei den homöopathischen Ärzten in den USA erlangte. Die Echinacea-Pflanze fand schließlich ihren Weg nach Europa, wo sie heutzutage in großen Mengen für die Herstellung von Arzneimitteln kultiviert wird. Die Darreichungsformen sind vielfältig und reichen von Frischpflanzenpresssäften, Extrakten hin zu phytotherapeutischen und homöopathischen Tinkturen. Erkältungskrankheiten sind das Hauptanwendungsgebiet von Echinacea. In der Pflanzenheilkunde wird Echinacea für die Vorbeugung und Behandlung von Erkältungen verwendet. Dies gilt als gut dokumentiertes, gesichertes Anwendungsgebiet. Auch homöopathisch wird *Echinacea purpurea* (L.) MOENCH unterstützend bei schweren und fieberhaften Infektionen verwendet.



Der Sonnenhut, Schutz durch strahlende Schönheit.

## Wesen und Signatur nach

### H. & R. Kalbermatten

*Abschirmung, Eingrenzung, Schutzhaut*

## Signatur

«Das Blütenköpfchen des Sonnenhuts besitzt zur Mitte hin einen charakteristisch nach oben gewölbten Blütenboden. Ausserdem ist der braune, gewölbte Innenteil des

Köpfchens mit stacheligen Borsten versehen, was ihm die Form und den Charakter eines Igels in der Abwehrhaltung verleiht. Dieses Merkmal gab der Gattung den botanischen Namen Echinacea (von griechisch echinos, Igel). Auch die englische Bezeichnung «Cone Flower» verweist auf den konisch gewölbten Blütenboden, ebenso wie der deutsche Namen «Sonnenhut» die einem Sombrero ähnliche Form der Blüte im mittleren Blühstadium beschreibt (siehe unten).

Die randständigen purpurnen Strahlenblüten vollziehen im Verlauf der Blütenentwicklung eine Bewegung um 180 Grad. Zu Beginn, bei der gerade aufgehenden Blüte, stehen sie senkrecht nach oben, sind noch schmal zusammengerollt, kurz und kaum gefärbt. Zu diesem Zeitpunkt ist der Blütenboden noch nicht gewölbt. Später neigen sich die Strahlenblüten in die Horizontale und erreichen die volle Grösse und Farbe. In diesem Stadium beginnt sich der Blütenboden nach oben zu wölben und wird immer stacheliger. Jetzt hat der Blütenkopf die Form eines Sombreros. Daraufhin beginnen sich die Strahlenblüten nach unten zu neigen, bis sie bei der vollen Blüte senkrecht nach unten stehen und sowohl den Kelch als auch den Blütenstiel beschirmen. Bemerkenswert ist, dass sich der Blütenkelch durch diese Geste der Strahlenblüten vor den Blicken verbirgt. Der Kelch ist das Äusserste oder die Haut einer Blüte, weil er am Beginn einer Blütenexistenz die Hülle der Knospe bildet.

Mit den strahlenden, purpurfarbenen Kronblättern und der hochgewölbten Mitte der Blütenköpfchen ist der Sonnenhut eine schöne, stolze Blume. Ihr Duft ist leicht, unaufdringlich und dabei sehr differenziert und edel. Fernab von jeder Schwere oder Süsslichkeit vermittelt dieser Duft etwas Abgehobenes.

Der beim Anblick und Riechen erahnte Charakter der Unnahbarkeit bestätigt sich bei der Berührung. Neben der igeligen Borstigkeit des Blütenbodens drückt sie sich in der rauhaarigen, kratzenden Oberfläche von Blättern und Stengel aus, die man der wohlgestalteten Pflanze zwar nicht ansieht, bei Berührung aber deutlich bemerkt. Auch dieses Merkmal unterstreicht eine Pflanzenpersönlichkeit, die auf Abschirmung bedacht ist und nichts an sich herankommen lässt.

Zerkaut man ein Wurzelstück, eine Blüte oder ein Blatt der Pflanze, oder nimmt man einige Tropfen der Urtinktur direkt auf die Zunge, bemerkt man einen etwas scharfen Geschmack, der ein pelziges Gefühl und eine leicht anästhesierende Wirkung hinterlässt. Es handelt sich dabei um die Wirkung der Isobutylamide, einer Klasse von Inhaltsstoffen, die in allen Pflanzenteilen in unterschiedlicher Konzentration vorkommt.

Abschirmung und Unnahbarkeit sind die Wesensmerk-

male, die wir in den Gestaltungskräften der Pflanze erkennen können. Ein solcher Charakter lässt sich unschwer mit der bekannten Stärkung des körpereigenen Abwehrsystems durch Echinacea-Extrakte in Verbindung bringen. Das Immunsystem ist der biologische Abwehrmechanismus, der die Krankheitserreger am Eindringen, der Vermehrung und Ausbreitung hindert. Das Funktionsprinzip des Immunsystems heisst also Abschirmung, damit uns die pathogenen Mikroorganismen nicht zu nahe kommen.



*Blätter und Stengel sind rauhaarig.*

In diesem Bereich entfaltet Echinacea auch ihre psychische Wirksamkeit. Ihre auf Abschirmung und Unnahbarkeit ausgerichtete Wesenskraft unterstützt unsere Seele darin, belanglose Angriffe und Reizsituationen an uns abfliessen oder abprallen zu lassen. Das Wesen von Echinacea verleiht uns in gewissem Sinne eine Schutzhaut, ein Panzerhemd oder eine Ritterrüstung und hält dadurch alle Pfeile von uns fern. Sie hilft uns, das Unwesentliche übersehen zu können, nicht wahrzunehmen, zu übergehen. Genauso wie das Immunsystem andauernd unzählige Erreger ohne unsere bewusste Mitwirkung von uns fernhält, ignoriert die lebensstüchtige Psyche die seelischen Erregersituationen, die für uns im Moment nicht aktuell sind. Dabei wirkt Echinacea unterstützend.»

## Wesen

«Es ist das Wesen von Echinacea, uns mit einer Schutzhaut, einem Schild zu beschirmen, an dem potenzielle Konfliktauslöser abprallen.

Infektionskrankheiten entstehen aus dem Zusammenspiel der drei Faktoren: Erreger, körperliche Abwehr (Immunsystem, Milieu) und psychische Abwehr. Da Erreger immer vorhanden sind, ohne dass es deshalb zu einer Infektion kommen muss, liegt der Schlüssel bei der Abwehr. Die Bedeutung des Immunsystems und des Milieus ist allgemein bekannt, doch die psychische Beeinflussung des Immunsystems ist nicht zu unterschätzen. Eine Abwehrschwäche wird oft durch eine Konfliktsituation ausgelöst. Dabei ist es wichtig, zwischen schwächenden und stärkenden Konflikten zu unterscheiden. Konflikte sind dann stärkend und müssen durchlebt werden, wenn sie zu einem Bewusstwerdungsprozess beitragen, wenn es

zum Beispiel um die Abgrenzung gegenüber psychischer Ausbeutung geht. Sie sind aber schwächend, wenn ihnen ein nichtiger Anlass zugrunde liegt, wenn man sich eifert, ärgert oder streitet über Dinge, die einen entweder nichts angehen oder die so unbedeutend sind, dass sie besser ignoriert würden. Oft entzünden sich Konflikte in Stresssituationen (Überlastung mit Arbeit und Problemen, Schlafmangel, nasskaltes Wetter). Dann kann der geringste Anlass zum Auslöser werden. Daher ist es notwendig, eine psychische Immunität gegenüber den vielen kleinen Unvollkommenheiten des Lebens zu entwickeln, sie zu ignorieren. Dabei unterstützt uns die Wesenskraft des Sonnenhuts. Echinacea umhüllt uns sozusagen mit einer Schutzhaut, die uns abschirmt und dasjenige zusammenhält, was sonst in die Trennung und damit in den Konflikt fallen würde.»

---

## Referenzen

1. Hänsel, R., Keller, K., Rimpler, H. & Schneider, G. Hagers Handbuch der pharmazeutischen Praxis Band 5 Drogen E-O. (Springer-Verlag Berlin Heidelberg 1993, 1993).
  2. Hänsel, R. & Steinegger, E. Hänsel / Sticher Pharmakognosie Phytopharmazie. (Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft GmbH, Stuttgart, Deutschland, 2015).
  3. Madaus, G. MADAUS LEHRBUCH DER BIOLOGISCHEN HEILMITTEL BAND 1-11. (mediamed Verlag, Ravensburg, 1990).
  4. Committee on Herbal Medicinal Products (HMPC). Assessment report on Echinacea purpurea (L.) Moench., radix. EMA/HMPC/424584 (2016).
  5. BGA/BfArM (Kommission D). Echinacea purpurea. Bundesanzeiger 213, (1989).
  6. BGA/BfArM (Kommission E). Echinaceae purpureae herba (Purpursonnenhutkraut). Bundesanzeiger 43, (1989).
  7. Kalbermatten, R. & Kalbermatten, H. Pflanzliche Urtinkturen. (AT Verlag, Aarau, Schweiz, 2014).
  8. Kalbermatten, R. Wesen und Signatur der Heilpflanzen. (AT Verlag, Aarau, Schweiz, 2016).
- Bilder: Roger Kalbermatten, Kesswil