

# Der Merkurstab

Zeitschrift für Anthroposophische Medizin  
Journal of Anthroposophic Medicine

## Themenschwerpunkt: Anthroposophische Arzneimittel

• **Georg Soldner**  
Editorial: Zum Erscheinen der  
10. Auflage des Werks: Vademecum –  
Anthroposophische Arzneimittel

### Originalia

• **Johann Broder vom Laue**  
Die Entwicklungen des  
pharmazeutischen Impulses bei  
Rudolf Steiner: Menschenkundliche  
Voraussetzungen einer anthropo-  
sophischen Pharmakokinetik

• **Peter Pedersen**  
Zur Bedeutung der pharmazeutischen  
Prozesse am Beispiel des Kiesels

• **Johannes Wilkens**  
Eine nicht-randomisierte Studie  
zur Behandlung des apoplektischen  
Insults mit dem anthroposophischen  
Kompositionsmittel Naja comp.®

• **Markus Sommer**  
Was hilft bei Tinnitus?

• **Johannes Wilkens**  
Die Eschenmistel

### Praxis Anthroposophische Medizin

• **Andreas Arendt**  
Gesichtspunkte zum Präparat  
Agaricus muscarius, Cutis rubra

• **Barbara Brandl**  
Panax Ginseng – eine bedeutsame  
Heilpflanze in der heutigen Praxis

### Anthroposophische Arzneimittel

• **Franziska Roemer**  
Zur Wahl der Potenzhöhe von  
Viscum Maja bei Arthrose

• **Susanne Müller**  
Erfahrungsbericht einer Patientin  
zu Aesculus cortex D50

• **Elisabeth Möller Hansen**  
Das Präparat Argentum D8/  
Hyoscyamos D3 aa, Dil.

### Rudolf Steiner zum Thema

Ziele anthroposophischer  
Arzneitherapie

# Panax Ginseng – eine bedeutsame Heilpflanze in der heutigen Praxis

BARBARA BRANDL

## Panax Ginseng – eine bedeutsame Heilpflanze in der heutigen Praxis

### ■ Zusammenfassung

In der allgemeinmedizinischen Praxis bewährt sich der Einsatz der asiatischen Heilpflanze Panax Ginseng bei spezifischen Indikationen, die im Folgenden menschenkundlich dargestellt werden. Die therapeutische Anwendung von Panax Ginseng soll anhand von Fallbeispielen erläutert werden.

### ■ Schlüsselwörter

Panax Ginseng  
Therapeutischer Einsatz  
Schwache Nierenstrahlung

## Panax ginseng—a medicinal plant of considerable significance today

### ■ Abstract

Use of the medicinal plant Panax ginseng from Asia is well established in general medicine. The indications and the therapeutic measures are considered.

### ■ Key words

Panax Ginseng  
Clinical use  
Weak kidney radiation

„Diese höhere Nierenfunktion, die sog. Nierenstrahlung hängt also zutiefst mit der Bildung menschlicher Substanz zusammen. Ihre Aufgabe ist es, den aufbauenden Lebensstrom so zu gestalten, dass die lebendige Substanz durchseelt wird und diese ein substantielles Korrelat bildet zu den abbauenden, formenden Impulsen, die vom Kopfgebiet aus wirken ... Ist die Nierenstrahlung zu schwach ausgebildet, ist der Astralleib zu wenig vom unteren Menschen her aufbauend tätig.“ (1)

In der alten chinesischen Kultur wurde die Ginsengpflanze als heilige Pflanze angesehen. In den Märgen und Sagen, die sie umweben, wird ein wohlwollender Naturgeist – ein heilender Schutzgeist – verehrt. Seine heilende Kraft wird besonders in Fälln gepriesen, in denen alle anderen Heilveruche misslungen sind.

Die erste Begegnung zwischen Mensch und Ginsengwurzel liegt im Dunklen. Die meisten Legenden berichten, dass die Wurzel nicht von einem Menschen, sondern der Mensch von der Wurzel gefunden worden sei.

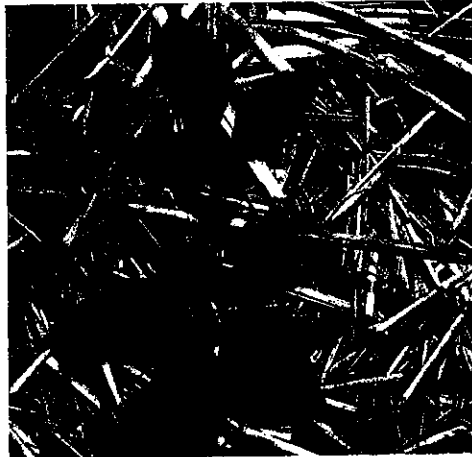
Es gibt kaum eine Pflanze, die so viele Menschen fasziniert und in ehrfürchtige Scheu versetzt hat. Ginseng war immer eine der teuersten Pflanzen seit Menschenedenken. Eine alte Wurzel von erstklassiger Qualität war wertvoller als ihr Gewicht in Gold und das 250fache ihres Gewichtes in Silber.

Es wurden Kriege um den Besitz von Wäldern geführt, in denen sie wächst. Ginsengsucher wurden erbarmungslos überfallen und ausgeraubt. Im alten China war Ginseng unendlich wertvoll, besonders auch, weil in der chinesischen Medizin das Prinzip vorherrschte, Gesunde zu behandeln, um Krankheiten vorzubeugen. Der Arzt bekam nur dafür Geld, nicht jedoch, wenn die Menschen krank wurden und von ihm behandelt werden mussten. In diesen Fällen trug der Arzt einen Teil der Schuld. Es bestand die Ansicht, dass ein minderwertiger Arzt erst dann Abhilfe schafft, wenn die Zerstörung bereits begonnen hat, und deshalb sagte man ihm nach, er sei unfähig.

Der wahre Erfolg der traditionellen chinesischen Heilkunst lag auf dem Gebiet der Präventivmedizin. Die Heilpflanze Panax Ginseng spielte dabei immer eine zentrale Rolle. Aber auch in Amerika und Europa hat die Gin-



**Abb. 1**  
1-jährige, noch relativ kleine Pflanze



**Abb. 2**  
2-jährige Pflanze



**Abb. 3**  
3-jährige Pflanze

sengwurzel Berühmtheit erlangt. In den 70er Jahren gab es einen regelrechten Ginseng-Boom. Dadurch kam es zu einem wissenschaftlichen Interesse für die Wirksamkeit des Ginsengs sowie zu einer Öffnung gegenüber der traditionellen chinesischen Medizin. Der Panax Ginseng wurde in der westlichen Medizin lange nicht wissenschaftlich durchdrungen und verstanden. Im Gegensatz dazu steht ein altes asiatisches Wissen über die Heilwirkung dieser Pflanze.

Indem beide Wege beschritten werden, lässt sich eine Brücke schlagen zwischen östlicher und westlicher Medizin. Hierzu tragen die geisteswissenschaftlichen Grundlagen R. Steiners entscheidend bei.

Zu Beginn sollen vier Kasuistiken den Einstieg in das Verständnis erleichtern.

### I. Kasuistik

In der Praxis stellte sich ein 64-jähriger Mann vor. Er war kräftig gebaut, von pyknischer Konstitution. Er berichtete, dass er immer warme Hände und Füße gehabt habe und bis auf rezidivierende Colonpolypen immer sehr gesund gewesen wäre.

Beruflich war er ein erfolgreicher Geschäftsmann mit einer ausgeprägten Willens- und Durchsetzungskraft und einem ausgezeichnetem Gedächtnis. Auch war er sportlich und sexuell immer sehr aktiv. Er ist verheiratet und hat zwei erwachsene Töchter.

Er berichtete nun über ein zunehmend nachlassendes Gedächtnis und Konzentrationsschwäche. Geschäftsbriefe oder Notizen, die er sich früher lange Zeit merken konnte, musste er jetzt immer wieder nachlesen oder sich Merkzettel schreiben. Seit 2 Jahren habe er immer wieder Schmerzen und ein Kältegefühl im LWS-Bereich. Ein Tinnitus bestehe seit ca. 10 Jahren sowie eine Innenohrschwerhörigkeit seit seiner Bundeswehrzeit.

Im Gespräch fiel auf, dass sich sein cholerasches Temperament gewandelt hatte und phasenweise depressive Verstimmungen zugenommen hatten. Er hatte in seinem Berufsleben eine sehr hohe Arbeitsbelastung sowie eine phasenweise auch hohe emotionale Belastung aufgrund wirtschaftlicher Schwankungen und personeller Probleme in der Firma.

Bei dem pyknischen Patienten hatte sich aufgrund der Lebensumstände – in diesem Fall nach lang anhaltender geistiger und körperlicher Überarbeitung, viel sexueller Aktivität in einem höherem Lebensalter – eine deutliche Nierenschwäche im Sinne einer schwachen Nierenstrahlung entwickelt. Der Astralleib greift zu wenig im unteren Menschen ein, so dass der nach innen gerichtete Substanzaufbau der Nieren/Nebennieren, ihre Strahlung ins Nervensystem mangelhaft ist.

Deutlich wird das an dem nachlassenden Gedächtnis, den Konzentrationsstörungen, dem Tinnitus sowie den wiederkehrenden Schmerzen und Kältegefühl in der LWS-Gegend.

Aufgrund dessen wurde ihm Ginseng ethan. Decoct. D1 Dil. (Weleda) 3 x 10 Tr. verschrieben.

Nach 4 Wochen berichtete er über eine zunehmende Besserung der Konzentration und des Gedächtnisses. Nach 3 Monaten wird eine 4-wöchige Pause verordnet, in der die Symptomatik wieder etwas zunimmt.

Der Patient nimmt Ginseng D1 über 3 Jahre, immer wieder mit größeren Pausen. Er fühlt sich deutlich leistungsfähiger, arbeitet immer noch sehr engagiert in seinem Beruf, seine Konzentrationsfähigkeit sowie seine Merkfähigkeit sind wieder sehr gut. Er treibt viel Sport, hat kaum mehr Rückenbeschwerden. Der Tinnitus ist leiser geworden.

### II. Kasuistik

Es handelt sich um eine 54-jährige Frau, Grundschullehrerin, mit neurasthenisch betonter Konstitution, die sich neu in der Praxis vorstellte.

In den letzten Jahren war sie sehr belastet durch anhaltende geistige Überarbeitung in der Schule und mit organisatorischen Aufgaben. Gleichzeitig hat sie viel körperlich gearbeitet beim Hausbau. Sie berichtete über eine ausgeprägte Leistungsschwäche seit 2 Jahren mit Müdigkeit und Abgeschlagenheit und niedrigem Blutdruck. Auffällig waren eine deutliche Konzentrationsstörung mit nachlassender Merkfähigkeit sowie Knöchelödeme. Sie bemerkte, dass sie immer ein sehr gutes Gedächtnis und eine hohe intellektuelle Leistungsfähigkeit gehabt habe.



**Abb. 3:** 4-jährige Pflanze, außerordentlich langsames Wachstum über mehrere Jahre



**Abb. 5**  
5-jährige Pflanze

Zudem litt sie an einer Erhöhung der Körpertemperatur bis 38 °C bei bereits geringer körperlicher Anstrengung, welche bereits sehr breit diagnostisch abgeklärt worden war ohne fassbares Ergebnis.

Auch in diesem Fall liegt ein mangelndes Eingreifen des Astralleibes in den Ätherleib vor, eine geschwächte Nierenstrahlung infolge einer Überarbeitung und Überanstrengung im intellektuellen Bereich.

Es wurde Ginseng ethan. Decoctum D1 Dil. (Weleda) 3 x 10 Tr. verschrieben.

Zusätzlich jedoch auch Psychotherapie empfohlen, da sie sich häufig überforderte.

Nach 3 Monaten hatte sie keine erhöhte Temperatur mehr, ein deutlich besseres Gedächtnis, mehr Grundkraft sowie eine bessere Konzentration. Sie fühlte sich wieder leistungsfähig.

### III. Kasuistik

Im dritten Fall stellte sich eine 40-jährige Krankenschwester in der Praxis vor.

Sie war immer von guter Gesundheit gewesen, groß und übergewichtig. 15 Jahre lang war sie mit einem psychisch kranken Mann verheiratet. Ein Jahr nach der Trennung von ihm hat dieser Suizid begangen. Dieses Erlebnis hat bei ihr einen tiefen Schock, Trauer und Schuldgefühle ausgelöst.

In dieser Situation wurde sie zuerst von einem Kollegen behandelt. In meiner Praxis habe ich sie erst 4 Monate nach dem Geschehen zum ersten Mal gesehen. Sie berichtete, dass sich einige Wochen nach dem Suizid des Mannes eine tiefe körperliche Schwäche, Müdigkeit sowie deutliche Konzentrationsstörungen und eine Gedächtnisschwäche eingestellt hätten. Außerdem leide sie immer wieder unter einem schmerzhaften Ziehen in der Nierengegend mit Kältegefühl und Schmerzen im LWS-Bereich. Psychotherapeutisch wurde sie in dieser Zeit bereits begleitet.

Bei dieser Patientin zeigt sich sehr eindrücklich der schädigende Einfluss der Emotionen Trauer, Schuldgefühle sowie Schock auf die Nierentätigkeit.

Die Verschreibung war wieder Ginseng ethanol. Decoct. D1 (Weleda) 3 x 20 Tr.

Nach 4 Wochen berichtet sie, dass kein Ziehen in der Nierengegend mehr aufgetreten sei und dass die Konzentration und das Gedächtnis deutlich besser sind.

Nach 12 Wochen haben sich eine gute Konzentration und Gedächtnis eingestellt. Sie fühlt sich kräftig und leistungsfähig, ein Ziehen oder Kälte in der Nierengegend sei nicht mehr aufgetreten.

### IV. Kasuistik

45-jährige Frau, schlank, mittelgroß mit auffällig dünnem dunklen Haar, blass, klagt über viel Müdigkeit und Erschöpfung, sowie eine sehr schlechte Konzentration und Merkfähigkeit. Sie ist nervös, zittrig, schwitzt bei geringer Anstrengung, schläft sehr unruhig. Außerdem ist sie schwerhörig und klagt über einen wiederkehrenden Tinnitus. Oft hat sie lumbale Rückenbeschwerden mit Kältegefühl in Nierengegend und Knie.

Zurzeit lebt sie seit 5 Monaten im Frauenhaus, nachdem sie 20 Jahre mit einem gewalttätigen Mann verheiratet war, der sie geschlagen und sexuell missbraucht hat. Sie hat nach wie vor große Angst vor ihm, da er gedroht hat, sie umzubringen.

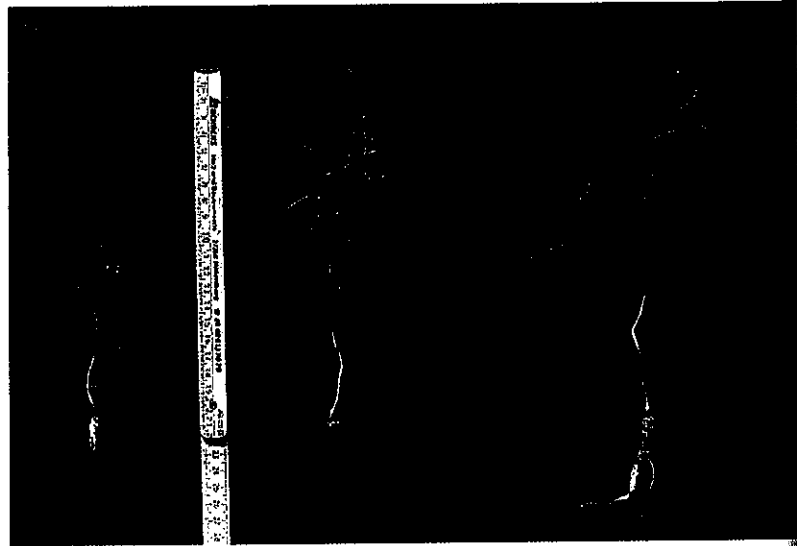
In diesem Beispiel zeigt sich vor allem die Emotion Angst als ausgeprägt schädigender Einfluss auf die Niere mit der Folge typischer Nierensymptome.

Die Niere als Zentralorgan des Astralleibes ist unmittelbar abhängig von der leiblichen Tätigkeit des Seelischen. Und das wie kein anderes Organ in Form und Funktion.

Ebenso wie bei den vorbeschriebenen Fällen liegt eine schwache Nierenstrahlung vor, hier nach Schädigung der Bautätigkeit durch häufige, ausgeprägte Angst.

Wieder wurde Ginseng D1 3 x 20 Tr. als hauptsächliches Medikament verschrieben.

Nach 3 Monaten berichtet sie über eine deutlich bessere Konzentration und Merkfähigkeit. Sie ist ruhiger, deutlich weniger müde und erschöpft. Kein Schweiß mehr bei geringer Anstrengung. Auch die Rückenbeschwerden sind kaum mehr aufgetreten. Das Gehör ist subjektiv besser.



### Die Heilpflanze Panax Ginseng

Der botanische Gattungsname stammt vom griechisch antiken Panacea, was soviel wie Allheilmittel bedeutet. Es gibt viele Namen für die Ginsengwurzel. Sie spiegeln das Ansehen wider, das sie in der chinesischen Medizin besaß. In Europa ist der Ginseng seit dem 17. Jahrhundert als Heilpflanze bekannt.

Die chinesische Schrift ist keine Lautschrift, sondern eine Wortschrift. Ginseng bedeutet im chinesischen jen-shen und mit dem Symbol für jen sind mehrere Bedeutungen verknüpft, wie Geist, Form oder Dimension des Menschen. Shen bedeutet Wurzel aber auch Kristallisation des innersten Wesens der Erde.

Radix Ginseng wird auch Menschenwurzel, Lebenswurzel oder Lebensverlängerungswurzel bzw. Kraftwurzel genannt. Die Wurzel weist, wenn sie ein bestimmtes Alter hat, eine menschenähnliche Gestalt auf. Man nennt sie auch die „Alraune des Ostens“. In der chemischen Zusammensetzung unterscheidet sie sich völlig von der Mandragora und weist keine Alkaloide auf.

Der chinesische Ginseng ist eine sehr ausdauernde Pflanze aus der Familie der Araliengewächse (wie auch der gemeine Efeu), der man nachsagt, 100 Jahre alt werden zu können. Die Araliengewächse bilden eine Familie, die 65 Gattungen mit insgesamt 800 Arten umfasst. Die meisten von ihnen sind in tropischen oder subtropischen Gebieten beheimatet, von den tropischen Regenwäldern Süd- u. Südostasiens, Mittel- und Südamerikas; selten gedeihen sie in den Zonen gemäßigten Klimas.

Anders der Panax Ginseng, der vor allem in schattigen Gebirgswäldern der Nordostprovinzen Chinas, der nördlichen Teile Koreas und der angrenzenden Regionen des Fernen Osten von Russland gedeiht, also in nördlichen Breiten, wo das Klima durch kalte Winter und trockene, heiße Sommer und relativ kurze Zwischenjahreszeiten gekennzeichnet ist. Man findet ihn dabei selten in Lagen unter 500 m Meereshöhe.

Aber auch dort haben sich von der Gattung Panax nur einige wenige Arten eingelebt und nur zwei davon werden als echte Ginseng Pflanzen bezeichnet: Zum einen

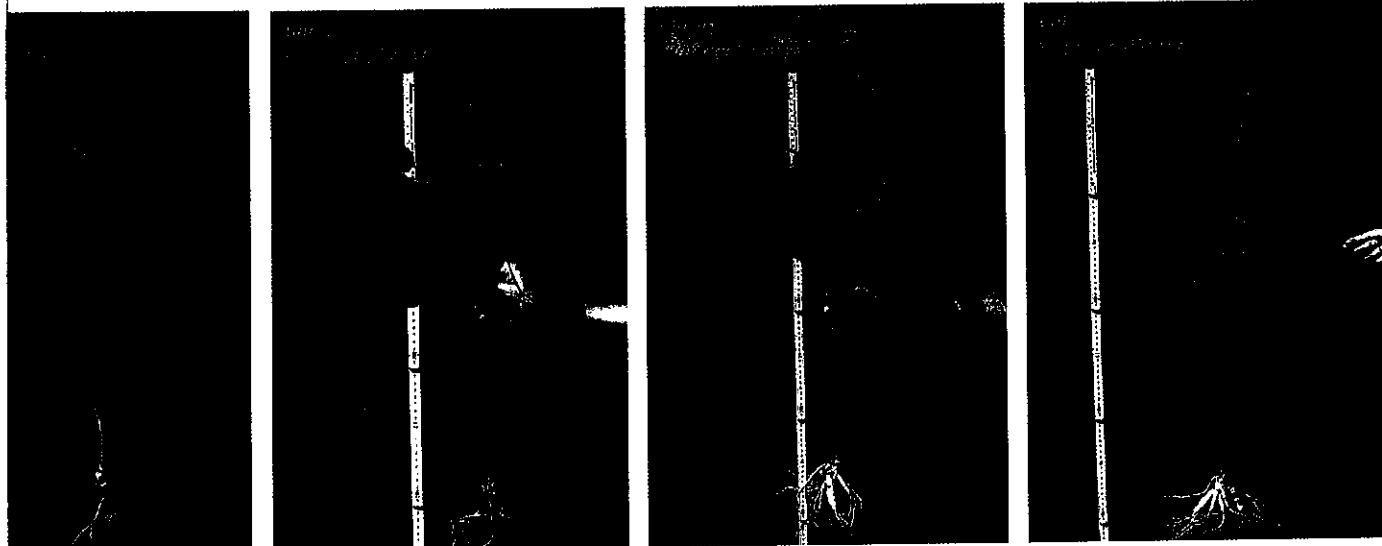
der Panax Ginseng n. C.A. Meyer, beheimatet in Nordostchina und Korea sowie der Panax quinquefolus, der in Nordamerika wächst. Andere Mitglieder der Gattung Panax unterscheiden sich von diesen beiden deutlich bezüglich des Wachstums, der formalen Ausgestaltung und der Stoffzusammensetzung und haben auch andere Heilindikationen.

Der echte Ginseng bevorzugt Urgesteinverwitterungsböden, Schwemmsand oder Humusboden, mag Luft und Licht, aber keine Sonne, was schon auf seine hohe Sensitivität hinweist und auf die Fähigkeit, Substanzverwandlung mit wenig Licht zu schaffen. Dies sowie das Wachstum in großen Höhen kann als ein Zeichen von Vitalität gesehen werden. Er wächst im Frühling als Unterwuchs unter schattenspendenden Laubbäumen (Linden, Ahorn, Buchen, Wallnuss und Ulmen) aus seiner dauerhaften Wurzel und ist außerordentlich schwer zu finden.

Oft wurde behauptet, der Ginseng leuchte im Dunklen und Ginsengsammler pflegten des Nachts regelrecht auf Jagd zu gehen und mit Pfeil und Bogen auf die Pflanze zu schießen. Wenn sie bei Tagesanbruch zurückkehrten fanden sie die Pflanze an der Stelle, an der der Pfeil steckte. Die heutige Erklärung lässt Glühwürmchen vermuten, die von dem Ginseng genau so magisch angezogen werden wie die Menschen.

Oben an der Ginsengwurzel sitzt wie ein Hals das Rhizom. Aus einem zu Anfang weichen und später wenig verholzenden Stängel, der bis zu 1,5 cm Dicke und eine Höhe von 30–60 cm erreicht, erheben sich die Blattknospen. Die 3–6 Blattsprosse stehen sich in Stern- oder Kreuzform gegenüber. An ihrem Ende entfalten sich fünf Einzelblätter zur Handform (je nach Alter bis zu sechs Finger). Die Blattstiele sind 8–15 cm lang und fest. Die Einzelblätter unterscheiden sich etwas in Größe und Form, zwei kleinere Einzelblätter an beiden Seiten des Blattstiellendes und drei etwas größere Mittelblätter. Alle Blätter sind leicht gezähnt und vom Mittelnerv ausgehend dachähnlich gefaltet.

Im Mai/Juni wächst ein Blütenpross, schnell aufschließend bis zu einer Höhe von 20 cm. Im Juni/Juli ent-



wickelt sich der Blütenstand mit bis zu 40 Einzelblüten. Nach der Befruchtung kommt es zur Fruchtbildung mit erbsenähnlichen, kugeligen bis nierenförmigen kleinen Beeren – bis zu 20 an der Zahl, anfänglich grün-gelb, dann karminrot mit je 2–3 Samen.

Unter der Erde lebt der Teil der Ginsengpflanze, die Wurzel, die in der Medizin verwendet wird. Bei der Betrachtung des unterirdischen Anteils finden wir das bereits erwähnte Rhizom, aus welchem die beschriebenen oberirdischen Glieder wachsen. Er ist von ringartig angeordneten Sprossnarben umhüllt. Diese sogenannten Jahresnarben entstehen, wenn im Frühling die am oberen Ende des Rhizoms befindliche Stängelknospe aufbricht, damit die oberirdischen Glieder der Pflanze wachsen können. Im Herbst verwelken die Blätter, neue wachsen im Frühling nach. Dieses alljährliche Wachstum geht von einer Knospe an der oberen Spitze des Wurzelstockes aus. Dieses Rhizom wird jedes Jahr länger und um die Knospe genau auf Erdebene zu halten, schrumpft die Wurzel und zieht sich in den Boden zurück und zwar im genau erforderlichen Maß. Dies hinterlässt Ringe am Wurzelhals, anhand derer sich das Alter der Pflanze bestimmen lässt.

An das Rhizom schließt sich die Wurzel an. Sie besteht aus einem Mittelstamm und mehreren Seitenarmen. Ihr Durchmesser kann 4–6 cm und ihr Gewicht bis zu 100 g erreichen.

Das menschenähnliche Aussehen findet man hauptsächlich bei wild wachsenden Exemplaren.

Man muss sich das Rhizom als Kopf, den Mittelstamm als Rumpf und die Seitenarme als Gliedmaßen vorstellen. Daher leitet sich der zuvor erklärte Name ab (Abb. 14).

Die Wurzeln sind spindelförmig und je nach Alter mehr oder weniger verzweigt. Sie erreichen eine Länge von 20 cm und eine Dicke von 2,5 cm. Die Oberfläche ist blassgelb. Sie hat eine dünne, relativ feste Wurzelhaut aus einem korkähnlichen Material. Der Geruch ist schwach, der Geschmack erdig, anfangs leicht bitter, dann süßlich und schleimig.

Es gibt weißen und roten Ginseng. Der weiße Ginseng entsteht dadurch, dass die Wurzel getrocknet wird, entweder an der Sonne oder im Ofen. Dadurch löst sich die äußere Korkschiicht ab. Der rote Ginseng wird rot, wenn die Wurzel zuerst mit heißem Wasser oder Dampf behandelt (zur Konservierung) und dann getrocknet wird. In der chinesischen Medizin werden roter und weißer Ginseng therapeutisch unterschieden.

In dem Wachstum über viele Jahre holt sich der Ginseng viel Kraft aus der Erde, so viel, dass z. B. nach der Ernte der weitere Anbau auf andere Felder verlegt werden muss, da kein weiterer Samen mehr angeht.

Man musste ursprünglich ca. 10 Jahre andere Pflanzen anbauen und dann wieder 4–6 Jahre nach der Saat warten, bis die Ginsengwurzel zu ernten ist, also mindestens 14 Jahre zwischen zwei möglichen Ernten! Je älter die Pflanze umso wertvoller ist die Wurzel. Sie wächst langsam, holt sich viel Substanz aus der Erde, konzentriert aber auch alle Licht- und Wärmekräfte über einen langen Prozess in der Wurzel.

Ginseng hat noch mehr Eigenheiten: Er kann nur aus Samen gezogen werden, die von 4-jährigen Pflanzen stammen. Dann dauert es 18 Monate bis 2 Jahre bis die ersten Sprösslinge schießen. Der oberirdische Teil der Pflanze ist völlig unscheinbar (Abb. 1–6). Alle Kraft dient der Bildung der Wurzel. Die Wurzel bzw. der Wurzelstock ist Hauptorgan der Pflanze.

Qualitativ scheint es große Unterschiede zu geben, je nachdem wo der Ginseng wächst und wie das Umfeld ist: z. B. ist seine Wirksamkeit am besten, je näher er an Nordkorea wächst und nimmt sie ab, je weiter sich der Anbau von China entfernt (am schlechtesten in den USA).

Die verschiedenen Abbildungen zeigen das Wachstum der oberirdischen sowie der unterirdischen Pflanze im Vergleich über mehrere Jahre.

1. Oberirdisches Wachstum des Ginseng (Abb. 1–6)
2. Vergleichsbilder oberirdisches und unterirdisches Wachstum des Ginseng (Abb. 7–11)
3. Ausgewachsene Wurzel des Ginseng (Abb. 12–15)

**Abb. 12**  
6-jährige,  
getrocknete  
Ginsengwurzel



Sehr auffällig ist, dass die Ginsengpflanze die ersten 2–3 Jahre ober- und unterirdisch eine langsame kontinuierliche Entwicklung zeigt, danach sich aber die Hauptkraft des Wachstums in die Wurzel ergießt.

### Wirkstoffe des Ginseng

Die Betrachtung der Wirkstoffe im Ginseng ist ausgesprochen spannend, da sie alles andere als einheitlich sind und auch ihr Wirkspektrum sehr groß ist.

Als Hauptwirkstoffe gelten 13 verschiedene Saponine, die mit dem Namen Ginsenoside belegt wurden. Sie gehören zur übergeordneten Gruppe der Glykoside und sind strukturell den Steroidhormonen sehr ähnlich.

Die Ginsenoside finden sich bevorzugt in der Wurzelrinde und deren Gehalt steigt mit dem Alter der Pflanzen (z. B. bei 4 Jahre alten Pflanzen 1,5 %, bei 6 Jahre alten Pflanzen 8 %). In der Rinde der Nebenwurzeln sind auch Ginsenoside zu finden, allerdings mit anderem Wirkspektrum.

Saponine haben die Eigenschaft, nach Aufschütteln in einer kleinen Menge Wasser mit der Luft zusammen Schäume zu bilden, d. h. es handelt sich um Stoffe, die das astrale Wirken im wässrig-ätherischen möglich machen.

Als wirksamste Bestandteile gelten zwei große Gruppen von Ginsenosiden, die als Panaxadiol Rb<sub>1</sub> und Panaxatriol Rg<sub>1</sub> bezeichnet werden und sich lediglich dadurch unterscheiden, dass an ihre Grundstruktur unterschiedliche Zucker gebunden sind.

Beide sind einzeln verabfolgt, bis zu 1000fach wirksamer als die Gesamtdroge bzw. deren Extrakte. Allerdings ist nachgewiesen, dass die Wirkung des Ginseng da am besten ist, wo das Verhältnis der beiden zueinander ungefähr 1:1 beträgt, was fast nur beim koreanischen Ginseng der Fall ist.

Unter diesem Gesichtspunkt den Ginseng betrachtend, fällt schnell auf, dass er kein einheitliches Wirkgesicht hat, sondern dass sich seine Wirksamkeit in zwei große Bereiche aufteilt: Die chinesische Medizin spricht von zwei unterschiedlichen Wirkmöglichkeiten:

- ☞ Yang Wirkung: eine anregende Wirkung.
- ☞ Yin Wirkung: eine beruhigende Wirkung.

Bei der Untersuchung der Einzel-Ginsenoside zeigt sich das gleiche Ergebnis:

- Ginsenosid Rg<sub>1</sub> Panaxatriol wirkt anregend.
- Ginsenosid Rb<sub>1</sub> Panaxadiol wirkt beruhigend.

Diese Wirkungen heben sich bei gleichzeitiger Gabe im lebendigen Organismus nicht auf, sondern je nachdem auf welche Situation das Heilmittel im Organismus trifft, kommt mehr die eine oder die andere Wirkung des Ginseng zum Tragen.

Weitere Inhaltsstoffe sind Gerb- und Bitterstoffe und 0,15 % Schwefelanteil, ätherische Öle, Aminosäuren, Peptide, Steroide, Vit. C, B, verschiedene Mineralstoffe und auch Germanium in relativ hohem Anteil.

Die Inhaltsstoffe schwanken beträchtlich, abhängig von Boden, Klima, Qualität des Saatgutes, und der Pflege.

Was die Saponine bildhaft zeigen, kann ebenso an vielen der eigentümlichen Gestaltungsprinzipien des Ginseng bemerkt werden. Man bekommt den Eindruck, dass er über das Pflanzenwesenhafte hinausgehen will. Die eigentümliche menschenähnliche Form seiner Wurzeln, auch die fünffach gegliederte Handform seiner Blätter, die fünffach gegliederten Blütenblätter deuten darauf hin. Die Saponine bringen dies ebenfalls zum Ausdruck, die ja das wässrige mit dem luftigen Element verbinden: Der Ginseng spricht in seiner Heilwirkung Ätherleib und Astralleib in einer ganz besonderen Weise an und fördert das Eingreifen des Astralleibes in den Ätherleib.

In der chinesischen Medizin wird der Ginseng bei sehr vielen Beschwerden und Erkrankungen eingesetzt, aber grundsätzlich bei den Erkrankungen bei welchen eine Nierenschwäche zugrunde liegt. Eine Nieren-Yin- oder -Yang-Schwäche, aus der sich dann alle weiteren Probleme ergeben.

In China sind die Nierenkräfte die Wurzelkräfte des Menschen. Die Niere ist die Wurzel des Lebens, die Grundlage aller primären Yin- und Yang-Kräfte im Organismus, aus denen sich die anderen Organe speisen. Die Funktionen der Niere werden wie folgt beschrieben:

- Regiert Geburt, Wachstum, Fortpflanzung und Entwicklung.
- Produziert Mark, füllt das Gehirn und die Knochen.
- Transformation des Wassers.
- Öffnet sich in die Ohren.

Die wesentlichen Organe, in denen der Ginseng wirksam ist, scheinen das Nieren- und das Nervensystem zu sein, wobei unter dem Nierensystem die Nieren und die Nebennieren zu verstehen sind.

Verschiedene Studien seit den 50er Jahren haben interessante Ergebnisse gezeigt. Ginsenggabe vor außergewöhnlichen Belastungen, Extremsituationen bei Menschen und Tieren führen zu einer deutlich erhöhten Lerngeschwindigkeit, einer verbesserten mentalen Leistungsfähigkeit und einer besseren Gedächtnisleistung. Die Sinneswahrnehmungen werden geschärft und es kommt zu einem schnellerem Lernen und Umlernen in neuen Situationen, d. h. eine deutlich bessere Anpassung an Stresssituationen ist unter Ginsenggabe möglich.

Bei Entfernung der Nebenniere im Tierversuch zeigt sich eine deutlich geringere Wirksamkeit des Ginsengs. Er wirkt also deutlich auf die Hormonausschüttung der



Abb. 13

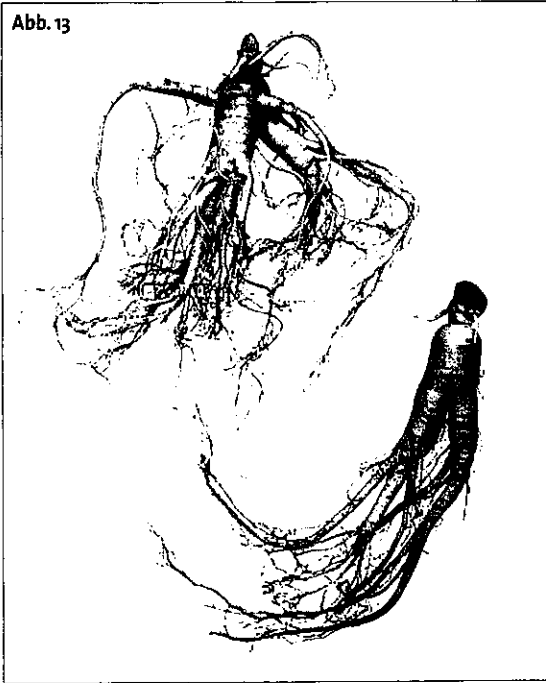


Abb. 14

Abb. 13, 14  
frische 6-jährige  
Ginsengwurzel

Nebenniere. Diese ist schneller und effektiver, aber auch die Regeneration verläuft rascher.

Wie die Ginsenoside schon ausdrücken, geht es um die Möglichkeit astraler Wirksamkeit im Wässrig-Ätherischen. Dieses Grundprinzip sehen wir auch im Nierensystem, wenn wir dieses unter geisteswissenschaftlichen Gesichtspunkten betrachten.

Die Niere ist das Hauptorgan des Astralleibes: Sie hat physiologisch zunächst die Ausscheidung der harnpflichtigen Substanzen zur Aufgabe. Der weitaus größere Teil der im Ultrafiltrat ausgeschiedenen Substanz wird rückresorbiert, „eingeschieden“ und erfährt durch den gesamten Prozess, den er in der Niere durchläuft, eine qualitative Veränderung und Belebung. Berücksichtigt man alle Substanzqualitäten, die sich neu im Blut der Nieren- und Nebennierenvenen finden (das einen bemerkenswert arteriellen, sauerstoffreichen Charakter aufweist) – man bedenke nur das Natrium, Cortisol, Aldosteron, die Regulation der Blutbildung und damit die Eisentätigkeit im Blut, des Blutdruckes usw. – so wird deutlich, in wie eminentem Maß das Blut durch die Nieren- und Nebennierentätigkeit erst die Tätigkeit des Zentralnervensystems, die Bewusstseinsbildung des Menschen ermöglicht. Andererseits ist auch die Funktion der Sexualorgane in hohem Maße von der Tätigkeit des Nieren-/Nebennierensystems abhängig. In der Addisonkrise wird im Extrem deutlich, wie ein Ausfall dieser Bildung bewusstseinstragender Substanz für den Menschen mit dem Leben unvereinbar wird: Der Addisonkranke Patient stirbt nach progredienter Bewusstseinschwächung im hyperkaliämischen Herzstillstand, gleichsam zur reinen Pflanze geworden.

Funktionell beginnt diese substanzschaffende Tätigkeit des Nierensystems mit einer vom Astralleib bewirkten Abbau- und Ausscheidungstätigkeit, die die Voraussetzung für den nachfolgenden Aufbau schafft: d. h. der

Aufbau wird zwar vom Ätherleib durchgeführt, ist aber vom Astralleib gelenkt.

Die abbauende Dynamik des Astralleibes erfährt so im Nierensystem eine Umkehr, ruft eine aufbauende ätherische Tätigkeit in diesem Organbereich hervor, die ihrerseits die bewusstseinschaffende Tätigkeit des vom Ich gelenkten Astralleibes im oberen Menschen substantiell ermöglicht. Dadurch wird im Nieren-Nebennierensystem die Substanz nicht nur im vegetativen Sinne lebendig, sondern auch beseelt, seelentragende Substanz.

Rudolf Steiner hat als Erster auf diese aufbauende Leistung der Niere hingewiesen und beschrieben: „... dass Ausstrahlungen stattfinden von Seiten des Nieren-Leber-Systems, denen begegnen die plastischen Abformungen des Kopfsystems. Das Nierensystem strahlt die Kräfte des Stoffwechsels radial aus und das Nervensystem ist da, um dem Organismus innerlich und äußerlich seine Formen zu geben, ... es ist der Plastiker.“ (2)

Die Nierenstrahlung ist zunächst ein dynamisches übersinnliches Geschehen, das aber bis in die substantiell fassbare Bautätigkeit von Nieren und Nebennieren hineinreicht und damit auch substantiell in den Gesamtorganismus „hineinstrahlt“ und das Erwachen eines bewussten Seelenlebens ermöglicht. Verständlich wird jetzt auch die Physiologie des Erwachens (und der Auslösung der Geburt), in der das Nieren-Nebennierensystem von zentraler Bedeutung ist.

Das Wesen der Niere ist es, das Zusammenwirken von Astralleib und Ätherleib innerhalb des Stoffwechsels zu vermitteln. Dieses kann jedoch deutlich gestört sein: eine Form dieser Störung kann als schwache Nierenstrahlung beschrieben werden.

Liegt eine schwache Nierenstrahlung vor, wird der Astralleib zu wenig vom unteren Menschen aufbauend tätig. Dies hat eine ganze Reihe von Symptomen zur Folge: Schwäche, Gedächtnisstörungen, niedriger Blut-



druck, gastrointestinale Störungen etc., also eine asthenische Konstitution. Unter diesen Gesichtspunkten kann jetzt leichter verstanden werden, wann Ginseng als Heilpflanze therapeutisch hilfreich ist.

Er ist besonders wirksam bei Patienten:

- Im fortgeschrittenen Alter, also älter als 60 Jahre,
- nach längeren Erkrankungen,
- nach lang anhaltender geistiger und körperlicher Überarbeitung,
- oder auch nach übermäßiger sexueller Aktivität.

Die Symptome dazu sind:

- Körperliche und geistige Schwäche mit Konzentrationsstörungen, Vergesslichkeit sowie abnehmendem Hörvermögen.
- Tinnitus, Schwindel, Lustlosigkeit, Kältegefühl der LWS und der Knie.
- Rez. Lumbago, Beinödeme, viel blasser Urin und abnehmende Vitalität der Geschlechtsorgane.

Ginseng D1 (5–10 Tr.) eignet sich auch hervorragend bei Kindern vor der Pubertät mit Aufmerksamkeits- und Gedächtnisschwäche ohne Hyperaktivität. Typisch ist ein langsames Erwachen, Träumen während der Schule und all die unter ADS ohne Hyperaktivität subsumierbaren Symptome. Hier kann man die schwache Nierenstrahlung als Symptom der Unreife, der verzögert erfolgenden Inkarnation des Astralleibes im Nieren-Nebennieren-System auffassen (3).

Die Wirksamkeit des Ginseng-Wurzelextrakts erfolgt so, dass die astralen Kräfte wieder tief in der Niere verankert und dadurch die Bautätigkeit, Einscheidungs-tätigkeit dieser Organe angeregt werden.

Daher wirkt er nicht nur tonisierend und anregend, sondern gleichzeitig auch beruhigend und besänftigend. Die Licht-/Luftkräfte werden in der Niere wieder besser eingebunden und der „lichtspendende“ Charakter der Niere für das Nervensystem kräftiger: Die „originäre Lichtbildung“ im oberen Menschen wird stärker ermöglicht (4).

Ginseng eignet sich damit hervorragend zur Behandlung von Schwächezuständen des Nerven und Nierensystems, die sich bei zunehmendem Alter zeigen, aber auch durch andere besondere Situationen zustande kommen können. Menschenkundlich-pathophysiologisch entspringen die Symptome des Patienten einer schwachen Nierenstrahlung.

Diese Arbeit ist nach dem von mir gehaltenen Vortrag über Panax Ginseng am medizinischen Seminar in Bad Boll im November 2006 entstanden.

Für die Durchsicht und wertvollen Hinweise zum Manuskript möchte ich Georg Soidner ganz besonders herzlich danken. Der Ginsengfarm Florafarm in Niedersachsen danke ich sehr für die Bereitstellung der wunderbaren Ginsengfotografien (5).

*Dr. med. Barbara Brandl*  
 Ärztin für Allgemeinmedizin  
 Offenbachstraße 9  
 D-81245 München  
 dr.brandl.bx@web.de

#### Literatur

- 1 Wolff O. Das Nierensystem. In: Husemann F, Wolff O. Das Bild des Menschen als Grundlage der Heilkunst. Bd. III. Stuttgart: Verlag Freies Geistesleben, 1991: 71
- 2 Steiner R. Physiologisch-Therapeutisches auf Grundlage der Geisteswissenschaft. GA 314. 3. Aufl. Dornach: Rudolf Steiner Verlag 1989: 146
- 3 Georg Soidner, Michael Stellmann, Individuelle Pädiatrie. Kapitel 7.5. 3. Auflage. Stuttgart: Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft, 2007
- 4 Steiner R. Geisteswissenschaft und Medizin. GA 312. 5. Auflage. Dornach: Rudolf Steiner Verlag 1976: 216
- 5 Ginsengfarm „Florafarm“. Niedersachsen (Bildmaterial)

#### Weiterführende Literatur

- Fulder S. Das Buch vom Ginseng. Anwendung – Wirkung – Heilkraft. München. Goldmann Wilhelm GmbH, 1995
- Kreuter ML. Wunderkräfte der Natur. München: Heyne Verlag 1986
- Andé Eckardt. Zur Kulturgeschichte Koreas. Die Ginsengwurzel. Universitas; 2 (8) 1947: 933
- Kappstein S. Das Buch vom Ginseng. Bern: Morzsinay Verlag 1980