



ANDROGRAPHIS PANICULATA - INDISCHES ECHINACEA

Wie alles Bittere ist *Andrographis paniculata* entzündungshemmend, antioxidativ und kühlend. Ihre thailändische Bezeichnung bedeutet übersetzt „der Himmel vertreibt den Eindringling“ und diesem Namen macht sie alle Ehre. Hauptsächlich wird sie bei Grippe, grippalen Infekten oder bei Borreliose eingesetzt.

Von Dr. phil. Doris Steiner-Ehrenberger

Sie ist eine bedeutende Heilpflanze im Ayurveda, der Thai-Medizin und der TCM. Bei uns hörten viele erstmals in der Corona-Zeit von ihr, nachdem der bekannte Arzt Dr. Klinghardt sie bei Covid-19 empfohlen hat. Wie die *Artemisia annua*, die nun leider in Europa nicht mehr als Nahrungsergänzung erlaubt ist, und wie das *Baikal Helmkraut*, ist auch *Andrographis* eine bewährte antivirale und antibakterielle Natursubstanz. Bei Covid-19 blockiert sie die Hauptprotease, die Ausbreitung des Virus.

BEI GRIPPALEN INFEKTEN UND ANGINA

Sie wird für ihre immunanregende und lindernde Wirkung bei Grippe und grippalen Infekten geschätzt, bei Viruserkrankungen mit Fieber, Entzündungen, Kopf- und Halsschmerzen, Mandelentzündung, Husten, Bronchitis, Schnupfen und Sinusitis. Dabei ist sie sehr erfolgreich, wie Anwender beschreiben – Besserung tritt schon über Nacht ein. Je schneller man *Andrographis* zur Hand hat, desto eher kann man einen grippalen Infekt verhindern. In Studien waren bei Grippe bereits nach vier Tagen Einnahme alle Beschwerden verschwunden. Bei Influenzaviren kam es zu weniger Entzündungsstoffen in der Lunge mit geringerer Lungenschädi-

gung und Sterblichkeit. Chronische Bronchitis wurde schon nach 14 Tagen nachhaltig gebessert, Lungenentzündung schon nach drei Tagen. Eine weitere Studie zeigt, dass *Andrographis* bei Angina mit Fieber und Schmerzen sogar dem Entzündungshemmer Paracetamol überlegen ist.

BEKÄMPFT VIREN UND BAKTERIEN

Aber auch andere virale Erkrankungen mit stillen und auch mit massiven Entzündungen sind ein Einsatzgebiet für die Pflanze, die als 10 oder 20 prozentiger Extrakt angeboten wird. Erprobt ist sie etwa bei Dengue Fieber, Ebola oder Pfeifferschem Drüsenfieber sowie bei allen Arten von Herpes wie Fieberblasen, Gürtelrose usw. (Epstein-Barr-Virus, Cytomegalie-Virus) und bei HPV, die Warzen oder auch Gebärmutterhalskrebs verursachen können. Auch bei Zahnfleischentzündungen, die von bakteriell belasteten Plaques stammen, ist *Andrographis* angezeigt. Ihr Einsatzbereich ist ähnlich der *Artemisia annua* und dem *Baikal Helmkraut*, wobei es in einer Mischung mit *Baikal Helmkraut* noch besser in die Blutbahn aufgenommen wird und noch intensiver wirkt.

Die Tropenpflanze unterstützt bei Malaria und Borreliose und ist auch hier als Ersatz für die *Artemisia annua* zu sehen. Sie soll sogar die wirksamste Pflanze bei Borreliose überhaupt sein, da sie Spirochäten wirksam bekämpft, auch wenn trotz Antibiotika Beschwerden da sind. Sie ist außerdem ein Adaptogen, hilft mit Stress besser umzugehen und wirkt abschwellend, schweißtreibend, krampflösend und blutreinigend.

LEBER STÄRKEND, KREBSHEMMEND

Erwähnenswert ist die herz- und leberstärkende, die leberschützende und leberabschwellende Wirkung. Die intensiven Bitterstoffe fördern den Gallenfluss und reinigen die Leber. Aufgrund ihrer antiviralen Wirkung wird *Andrographis* sogar bei Hepatitis empfohlen. Bei einer zwar kleinen, aber doch bemerkenswerten klinischen Studie waren sechs von zehn Patienten mit infektiöser Hepatitis nach vier Wochen Einnahme eines *Andrographis*-Dekokts geheilt, die anderen vier zeigten deutliche Besserungen. Alkohol wird durch die Einnahme von *Andrographis* ganz schnell abgebaut. Auch auf den Verdauungstrakt wirkt die Pflanze sehr positiv. Sie stärkt den Magen, hilft bei Aufstoßen, Appetitverlust, Gastritis, Durchfällen, Bauchschmerzen, Blähungen oder Koliken. In Zellversuchen wurde ihre zytotoxische, den Zelltod der Krebszelle herbeiführende Wirkung bei Brust-, Haut-, Magen-, Gebärmutterhals- oder Blutkrebs gezeigt. Das macht das indische Echinacea eventuell auch interessant für die Krebsvorbeugung. ✂

> ANDROGRAPHIS PANICULATA IN DER TCM:

Die Pflanze heißt in der TCM Chuan Xin Lian. Sie kühlt Hitze (vor allem der Lunge) und das Blut, eliminiert toxische Hitze, heißen Wind und heiße Feuchtigkeit (vor allem aus Niere, Blase, Leber, Dünndarm und Dickdarm und dadurch verursachte Durchfälle, schmerzhaftes Urinieren, Leberentzündungen, nässende Ekzeme und Abszesse). Damit ist sie wie das *Baikal Helmkraut* ein Mittel bei Fieber und Infekten durch Bakterien oder Viren, die in der TCM heißen Toxinen entsprechen. Doch anders als Antibiotika, die den Magen abkühlen, sein Feuer auskühlen, Feuchtigkeit verursachen und damit Verdauungsbeschwerden sowie Pilzinfektionen begünstigen, leitet *Andrographis* – als stärkstes natürliches Antibiotikum der TCM – toxische Hitze und Feuchtigkeit aus, ohne auszukühlen. Die TCM nutzt *Andrographis* bei akuten bakteriellen Entzündungen mit hohem CRP-Wert (Entzündungswert) im Blut, Virus- und Fiebererkrankungen, bei Entzündungen im Lungen- und HNO-Bereich, der Haut, des Verdauungstrakts und der Harnwege.