

Süßholz – Leckerei oder Medikament?

Arzneipflanze des Jahres 2012

Die Wurzel der Süßholzstaude wird seit der Antike medizinisch verwendet, in unseren Breiten etwa seit dem Mittelalter. Nützlich soll sie vor allem gegen Erkrankungen der Atemwege und des Magens sein. Als Lakritze – süß, salzig oder zuckerfrei – hat die Süßholzwurzel besonders viele Fans. Manchem Leckermaul kann das aber Probleme bereiten.

Das Sprichwort „Süßholz raspeln“, also sich einschmeicheln, geht darauf zurück, dass man früher glaubte, Süßholz gebe der Stimme einen weichen und gefälligen Klang. Traditionell wird Süßholzwurzel als Heilpflanze zur Behandlung von Atemwegserkrankungen wie Husten und Bronchialkatarrh sowie von Magenbeschwerden verwendet, beispielsweise als Sidroga® Magen-Heiltee. In vielen Kräuterteemischungen sorgen zudem einzelne Stückchen für besseren Geschmack.

Der Name der Pflanze kommt nicht von ungefähr. Ihre Wurzel enthält große Mengen Glycyrrhizin. Das schmeckt 50-mal süßer als Zucker und trägt wesentlich zum typischen Geschmack von Süßholzwurzeln bei. Große Mengen der Wurzel gehen in die Produktion von Naschereien. Dazu werden die Inhaltsstoffe extrahiert und der eingedickte schwarze Extrakt mit Zucker, Gelatine oder anderen Bestandteilen zu Lakritze verarbeitet. Durch Zusatz von Ammoniumchlorid (Salmiak) entstehen die in Nordeuropa so beliebten Salmiakpastillen.

Glycyrrhizin hat nicht nur starke Süßkraft, sondern ist auch die Ursache für unerwünschte Effekte der Wurzel und ihrer Extrakte – etwa Blutdrucksteigerung, Kopfschmerzen, Wassereinlagerungen (Ödeme) an den Fußknöcheln oder im Gesicht. Dies erklärt sich aus der Wirkung auf den Wasser- und Salzhaushalt. Die europäische Arzneimittelbehörde EMA hat soeben 21 Berichte über schwere und lebensbedrohliche Schädigungen – darunter Bluthochdruck-bedingte Hirnerkrankung, schwerer Kaliummangel u.a. – von verschiedenen Süßholz-Produkten veröffentlicht.^{1,2}

Lakritze, die 0,2% Glycyrrhizin oder mehr enthält, gilt als Starklakritze. Ab einem Gehalt von 0,4 g pro hundert Gramm (0,4%) müssen Süßwaren den Warnhinweis tragen: „Enthält Süßholz – bei hohem Blutdruck sollte ein übermäßiger Verzehr dieses Erzeugnisses vermieden werden.“³ Was andernfalls passieren kann, beschreibt die US-amerikanische Gesundheitsbehörde so: „Sind Sie 40 Jahre oder älter und essen Sie zwei

Wochen lang täglich 50 g Starklakritze, könnten Sie sich mit Herzrhythmusstörungen in einer Klinik wieder finden.“⁴

Medizinhistoriker der Universität Münster haben Süßholz zur Arzneipflanze des Jahres 2012 gekürt. Anders als in der Süßwarenindustrie ist die medizinische Bedeutung der Pflanze allerdings gering. Die europäische Arzneimittelbehörde EMA hat soeben betont, dass sie keine Belege für einen Nutzen von Süßholz findet.¹ Insofern ist die Auszeichnung nicht wirklich nachvollziehbar und bestenfalls ein Versprechen auf die Zukunft. Geforscht wird derzeit an neuen Anwendungen, beispielsweise bei Erkrankungen durch Viren. Ob sich hierbei nützliche Arzneistoffe herausarbeiten lassen, steht noch in den Sternen.

1 EMA (2012) Assessment report on Glycyrrhiza glabra, Stand 22.Mai

2 arznei-telegramm (2012) 43, S. 79

3 Bundesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit (BVL) Schreiben vom 10. Mai 2012

4 FDA (2011) Black Licorice: Trick or Treat. Consumer Health Information. www.fda.gov/ForConsumers/ConsumerUpdates/ucm277152.htm

