

Süßholzwurzel

ein pflanzliches Reparaturhormon

Bei Hildegard steht geschrieben: „ Das Süßholz ist von gemäßigter Wärme und bereitet dem Menschen eine klare Stimme, gleich wie es gegessen wird. Es macht seinen Sinn mild, seine Augen klar und mobilisiert seinen Magen zur Verdauung. Süßholz ist besonders nützlich für einen zügellosen Geisteskranken, wenn er es oft isst, weil es die Wut auslöscht, die in seinem Hirn ist.“

Diese großartige Wirkung, auf die bereits Hildegard von Bingen vor 850 Jahren in ihrer Naturheilkunde „Physica“ hingewiesen hat, wird heute nicht nur von der Volksmedizin, sondern auch in wissenschaftlichen Studien weltweit bestätigt. Im Volk sind Lakritzbonbon oder „Bärendreck“ bei Heiserkeit oder Erkältung sehr beliebt. Selbst bei Kindern wird der von Hildegard beschriebene frohmachende bzw. „aufhellende“ Effekt von Süßholz bestätigt und von der Werbung benutzt „Haribo - macht Kinder froh“. Das Institut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) hat die Wirksamkeit von Süßholzwurzelextrakt als wirksam und unbedenklich anerkannt.

Süßholz (*Glycyrrhiza glabra*) ist eine europäische, über einen Meter hohe Staude mit kriechenden, hölzernen Wurzeln. Die blau-violetten Blüten tragen später leicht rot-braune Fruchthülsen. Die Pflanze war wegen ihrer großartigen Wirkung bereits den Assyrern und Ägyptern vor mehr als 5000 Jahren bekannt und wurde im gesamten Orient und Mittelmeerraum angebaut. Die Droge wird heute kultiviert und stammt aus dem Anbau aus Russland, Persien, Türkei und China. Medizinisch wird der Extrakt aus mindestens drei Jahre alten Pflanzen verwendet. Die Droge wird aus geschnittenen getrockneten Wurzeln hergestellt (Tee) oder zu Pulver gemahlen. Der Extrakt kommt als wohlriechende Riegel in den Handel. Der beliebte Süßholssaft entsteht aus Abkochungen der festen Formen angeboten.

Die in den Süßholzwurzeln enthaltenen Inhaltsstoffe haben eine reparierende, cortisonähnliche Wirkung bei allen entzündeten Schleimhäuten im Rachenraum und im gesamten Verdauungstrakt. Kleine Risse und Wunden werden genauso zuverlässig geheilt wie auch große Wunden, z. B. Magen- und Darmgeschwüre bzw. Entzündungszustände bei Morbus Crohn oder Colitis ulcerosa. Darüber hinaus enthält die Süßholzwurzel über 30 Bioflavonoide, die heute als Radikalfänger bei allen Autoaggressionskrankheiten eine bedeutende Wirkung entfalten. Außer diesen wertvollen Inhaltsstoffen enthält der Süßholzextrakt noch Mineralien, ätherische Öle, Gerbstoffe, Enzyme, Stärke, Zucker und das Phytosterol Sitosterol, das eine abschwellende Wirkung auf die entzündete Prostata ausübt. Der süße Geschmack wird von einer süßen Substanz namens Glycyrrhizin verursacht.