Mistel

In der nordischen Mythologie symbolisierte die Mistel *(Viscum album L.)* Leben und Tod. Heute wird der immergrüne Halbparasit als Heilpflanze genutzt.

Illustration: Gabi Kopp

1

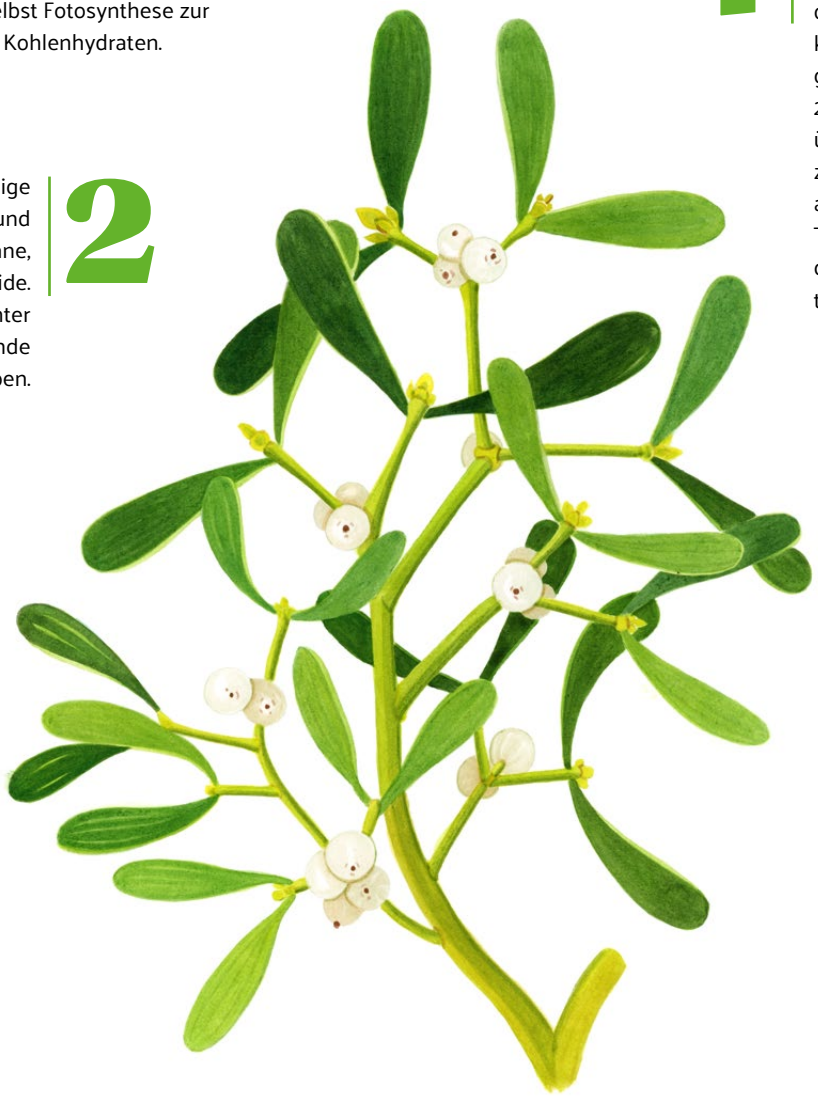
Die weisse Mistel ist in Europa und Asien heimisch. Sie wächst als Halbschmarotzer meist auf Laubbäumen und entzieht ihrer Wirtspflanze Wasser und Nährstoffe, betreibt aber selbst Fotosynthese zur Produktion von Kohlenhydraten.

2

Die Blätter und jungen Zweige der Mistel enthalten Lektine und Viskotoxine sowie Phenylpropane, Flavonoide und Polysaccharide. Den Inhaltsstoffen werden unter anderem immunmodulierende Wirkungen zugeschrieben.

3

Traditionell wird die Mistel bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie Bluthochdruck und damit verbundenen Beschwerden wie Schwindel oder Kopfschmerzen eingesetzt. Die Anwendung zur Beruhigung bei nervösen Beschwerden ist historisch belegt, jedoch heute nicht mehr gebräuchlich.



4

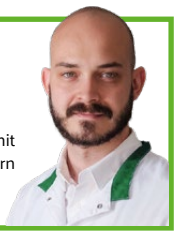
Misteltee wird beispielsweise zur Behandlung von leichtem Bluthochdruck verwendet. Er wird kalt zubereitet: 2,5 g fein geschnittenes Kraut mit 2,5 dl kaltem Wasser übergiessen, 12 Stunden ziehen lassen, dann absieben. Neben der Teezubereitung kommt die Mistel auch als Urtinktur zum Einsatz.

5

In der ergänzenden Krebstherapie werden zugelassene Mistelpräparate unter ärztlicher Aufsicht eingesetzt. Ihre Wirksamkeit wird kontrovers diskutiert. Einzelne Studien deuten auf eine mögliche Verbesserung der Lebensqualität hin.

6

Die Mistel ist eine Giftpflanze. Die Einnahme von Mistelpräparaten gilt jedoch in üblicher Dosierung und bei fachkundiger Begleitung auch bei längerer Anwendung als unbedenklich, kann aber allergische Reaktionen auslösen.

Samuel Hasler

Eidg. dipl. Apotheker in der Berg-Apotheke by Medbase, Zürich, mit über 2000 Heilkräutern und Tinkturen