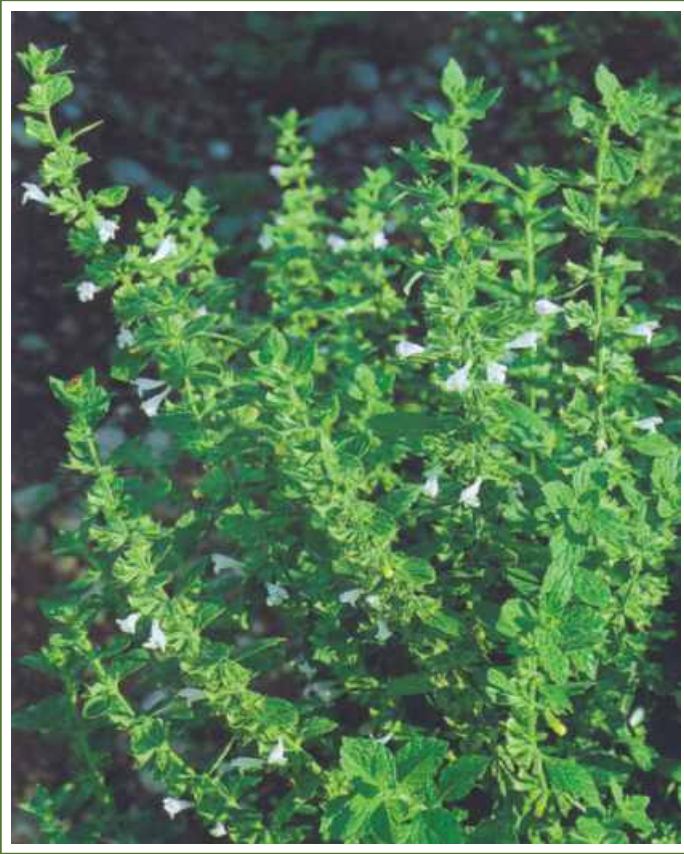


Melisse

Von Dr. Detlef Eichberg



Fast jeder kennt sie aus seinem Garten: *Melissa officinalis*, deren Anbau bereits Karl der Große in der Anordnung für die Bewirtschaftung seiner Güter vorschrieb. Der Durchbruch als Heilpflanze erfolgte im späten Mittelalter, als die Mönche Melisse in ihren Klostergärten anbauten. Noch heute befindet sich ein hochprozentiges Produkt im Handel, das als Markenzeichen stilisierte Nonnen zeigt, die mit dem unverwüsthlichen Motto „Wenn´s vorne zwickt und hinten beißt, nimm ...“ werben.

Der Indikationsbereich des ätherischen Öles aus den Blättern liegt hauptsächlich im Bereich der Entkrampfung der Verdauungsorgane und der beruhigenden Wirkung bei Spannungszuständen und Einschlafstörungen. Auch vor Prüfungen sind Melissenextrakte als Mittel gegen Lampenfieber hilfreich. Neueren Erkenntnissen zufolge wirken die Inhaltsstoffe der Melisse auch antiviral, weshalb Melissenextrakte in Cremes gegen Herpes-Infektionen eingesetzt werden.

Während der oben zitierte Melissengeist auch in Drogerie-Märkten den Qualitäts-Anforderungen genügt, gibt es bei Tee zahlreiche Aspekte, die die Güte beeinflussen können: Klima des Herkunftslandes, Zeitpunkt der Ernte und vor allem Trocknungsmethoden und Lagerung wirken sich gravierend auf Zusammensetzung, Qualität und Gehalt der

Inhaltsstoffe aus. Daher unterliegt die über eine Apotheke vertriebene Ware den strengen Anforderungen des Deutschen Arzneibuches.