

Mönchspfeffer

Von Dr. Detlef Eichberg



Die Benennung dieser Pflanze beruht auf dem Einsatz in früheren Zeiten als Pfeffer-Ersatz in der Klosterküche. Im Gegensatz zum schwarzen Pfeffer wirkt das Kraut sexuellen Begierden eher entgegen, weshalb Agnus castus auch altertümlich „Keusch-Lamm“ genannt wird.

Bereits 50 n.Chr. wurde Agnus castus zur Behandlung von Menstruationsbeschwerden eingesetzt. Diese Indikation hat auch heutzutage noch Gültigkeit: In medizinischen Studien konnte belegt werden, dass die Früchte des Mönchspfeffers die Wirkung des weiblichen Gelbkörper-Hormons imitieren. Des Weiteren wird ein direkter Einfluss auf die Hirnanhangs-Drüse vermutet, was ebenfalls eine positive hormonelle Regulation nach sich zieht. Aufgrund dieser gesicherten Wirkqualitäten kann Agnus castus bei Zyklus-Anomalien und prämenstruellem Syndrom, d.h. bei Beschwerden nach dem Eisprung, wie z.B. depressiver Gereiztheit, Kopfschmerzen und Spannungsgefühl in den Brüsten, eingesetzt werden.

Allerdings gilt es bei alledem zu beachten, dass hormonelle Störungen bei Frauen generell der Therapie-Hoheit der Gynäkologen anvertraut werden sollten.