

Melisse

Melissa officinalis, Melissae folium, Melissae aetheroleum



**Pflanzenmonographie nach
aktuellem Forschungsstand**

Melisse

Melissa officinalis, *Melissae folium*, *Melissae aetheroleum*

Wie die Pfefferminze ist die Melisse Mitglied der Familie der Lippenblütler. Ihr Name stammt aus dem Griechischen und Lateinischen: ‚Melissa‘ bezeichnet die Honigbiene. Bienen bevorzugen die Melisse als Futterpflanze. Charakteristisch ist ihr zitronenartiger Geruch, wenn man die Blätter zwischen den Fingern zerreibt. Ihre Heimat ist wohl Südeuropa, das östliche Mittelmeergebiet und Westasien. Sie wird allerdings schon lange als Heil- und Gewürzpflanze kultiviert. Große Kulturen gibt es in Spanien, Südfrankreich und Osteuropa. Die ausdauernde Krautpflanze wird zwischen 30 cm und 80 cm hoch. Die Blüten sind klein und von weißer Farbe. Die recht breiten Blätter sind eiförmig, in den unteren Etagen gegen den Boden hin jedoch eher herzförmig. Die Pflanze bedarf der Sonnenwärme und ist frostempfindlich. Nördlich der Alpen bevorzugt sie daher gut exponierte und trockene Orte. Zur pharmazeutischen Verwendung werden die Blätter der Melisse verarbeitet. Inhaltsstoffe sind ätherisches Öl (Citronellal, Citral, Mono-, Sesquiterpene), Gerbstoffe, Flavonoide sowie Bitterstoffe.

Die Melisse ist eine der ältesten Heilpflanzen überhaupt. Hippokrates erwähnt sie, Dioskurides empfiehlt sie gegen Skorpion- und Spinnenstiche sowie gegen Hundebisse. Sie fördere die Menstruation als Zusatz bei einem Sitzbad, als Mundwasser sei sie gut gegen Zahnschmerzen, und in Form eines Klistiers solle sie gut gegen Durchfall wirken. Plinius kennt die gleichen Indikationen, empfiehlt die Melisse aber zusätzlich gegen Sehprobleme. In der arabischen Kultur des Mittelalters erwähnt sie Avicenna als Tonikum und Antimelancholicum. In dieser Funktion kennen sie auch Hildegard von Bingen und die mittelalterlichen Kräuterbücher, in denen sie unter dem Namen ‚Herztröst‘ erscheint. In der Neuzeit, besonders durch die Karmeliter 1611 mit ihrem ‚Karmelitergeist‘, trat die Indikation der Verdauungsstörung und Übelkeit in den Blickpunkt. Aber auch äußerliche Anwendungen als Einreibungen bei Rheuma und entzündlichen Hautveränderungen sind dokumentiert.

In der modernen Phytotherapeutika-Literatur stehen psychoaktive und gastrointestinale Indikationen im Vordergrund, so in der Monographie der Kommission E: Anwendungsgebiete sind nervös bedingte Einschlafstörungen und funktionelle Magen-Darm-Beschwerden. Das HMPC der *Europäischen Medizinagentur* (EMA) gibt in seiner Monographie zum Blatt als therapeutische Indikationen die Linderung leichter Symptome von mentalem Stress und Einschlafhilfe sowie die symptomatische Behandlung von leichten gastrointestinalen Beschwerden einschließlich von Blähungen und Flatulenz an (ausschließlich in der Kategorie *Traditional use*). Dagegen berücksichtigt die WHO in ihrer Monographie die klinisch auf solider Basis

stehende Indikation *Herpes labialis* zur äußerlichen Behandlung aufgrund der virostatistischen Effekte von *Melissae folium* (Wölbling et al. 1984, Vogt et al. 1991, Wölbling et al. 1994). In der zweiten Kategorie (Gebrauch aufgrund medizinischer Handbücher und traditioneller Medizinsysteme) erscheinen die beiden Indikationen der gastrointestinalen Beschwerden und der nervösen Störungen des Schlafes. In der Kategorie ‚Volksmedizin‘ erscheinen Amenorrhoe, Asthma, Bienenstiche, Husten, Benommenheit, Dysmenorrhoe, Migräne, Tachykardie, Zahnschmerzen, Bronchitis und Inkontinenz. ESCOP verzeichnet in ihrer Monographie für das Blatt von 2003 als Indikation gleichfalls *Herpes labialis* für die äußerliche Anwendung, für den inneren Gebrauch Spannungsabfall, Ruhelosigkeit und Reizbarkeit sowie Verdauungsbeschwerden, z.B. leichte Krämpfe, ebenso in der Neuauflage der Monographie von 2013. Das *Europäische Arzneibuch* gibt separate Monographien für das Blatt und für den aus dem Blatt gewonnenen Trockenextrakt heraus.

Quellen

Bühning, Ursel: Praxis-Lehrbuch Heilpflanzenkunde. Grundlagen – Anwendung – Therapie, Stuttgart ⁴2014, 222 f. 525 f. 543 f. 603 f.; Fintelmann, Volker; Weiss, Rudolf Fritz; Kuchta, Kenny: Lehrbuch Phytotherapie, Stuttgart ¹³2017, 57 f. 65 f.; Wenigmann, Margret: Phytotherapie. Arzneidrogen – Phytopharmaka – Anwendung, München 2017, 159 f. 461; Schulz, Volker; Hänsel, Rudolf: Rationale Phytotherapie. Ratgeber für Ärzte und Apotheker, Berlin u. a. ⁵2004, 126 f. 372; Melissa, in: Madaus, Gerhard: Lehrbuch der biologischen Heilmittel, 3. Nachdruck der Ausgabe Leipzig 1938, Hildesheim, Zürich, New York 2016, Bd. 2, 1866–1871, <https://buecher.heilpflanzen-welt.de/Madaus-Lehrbuch/18661871-a.htm>; Kommission E: *Melissae folium* (1990), <https://buecher.heilpflanzen-welt.de/BGA-Kommission-E-Monographien/melissae-folium-melissenblaetter.htm>; HMPC: Community herbal monograph on *Melissa officinalis* L., folium, London 2013; *Folium Melissae*, in: WHO Monographs on Selected Medicinal Plants Vol. 2, Genf 2004, 180–187; Wölbling RH, Milbradt R. Klinik und Therapie des Herpes simplex. Vorstellung eines neuen phytotherapeutischen Wirkstoffes. *Therapiewoche* 1984, 34:1193–1200; Vogt HJ, Tausch I, Wölbling RH, Kaiser PM. Melissenextrakt bei Herpes simplex. *Allgemeinarzt* 1991, 13:832–841; Wölbling RH, Leonhardt K. Local therapy of herpes simplex with dried extract from *Melissa officinalis*. *Phytomedicine* 1994, 1:25–31; *Melissae Folium*, in: ESCOP Monographs. The Scientific Foundation for Herbal Medicinal Products, second edition, completely revised and expanded, Exeter, Stuttgart, New York ²2003, 324–328; *Melissae folium*, ESCOP Monographs. The Scientific Foundation

for Herbal Medicinal Products, Online Series, Exeter 2013; Melissa Leaf (Mono Number 1447), in: European Pharmacopeia 9.0, Revision 9.6 (online), Strasbourg 2016, 2019, 1438 f.; Melissa Leaf Dry Extract (Mono Number 2524), in: European Pharmacopeia 9.0, Revision 9.6 (online), Strasbourg 2016, 2019, 1439 f.