Die Heilwirkung des Hopfens aus Sicht der Chinesischen Medizin

Prof. Prof. h.c. M. Kunth

Fudan Universität Shanghai

Akupunktur

Therapie n. F.X. Mayr (ÖÄK)

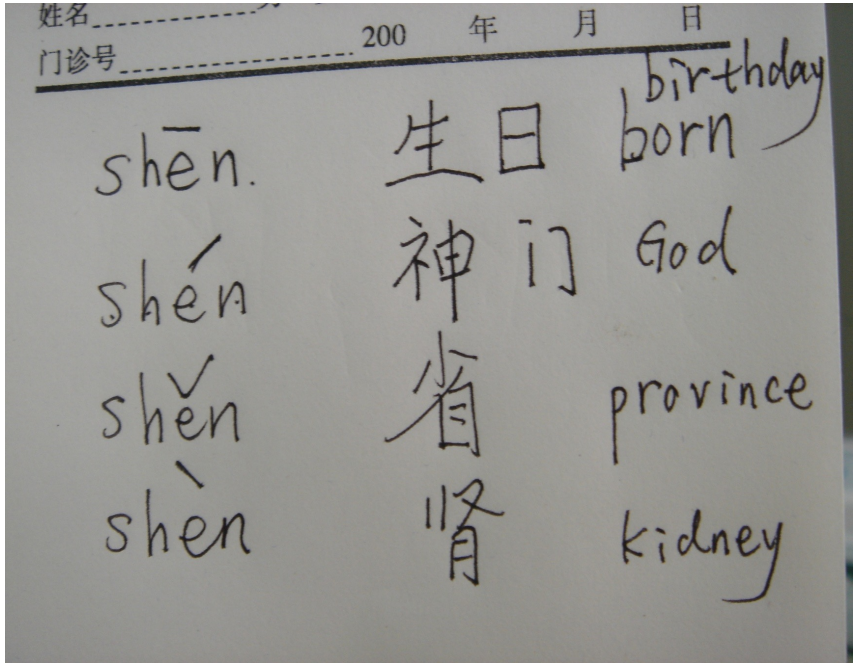
Umweltmedizin (ÖÄK)

啤酒花

Hopfen besitzt ein weites Spektrum an medizinischen Wirkungen und wird seit hunderten von Jahren als Heilpflanze in der Traditionellen Chinesischen Heilkunde hoch geschätzt.

啤酒花
Die Schwierigkeiten der chinesischen Sprache

- Ein Taxifahrer in Shanghai versteht bayrisch ...
- Ahh – Hepting Fandian!



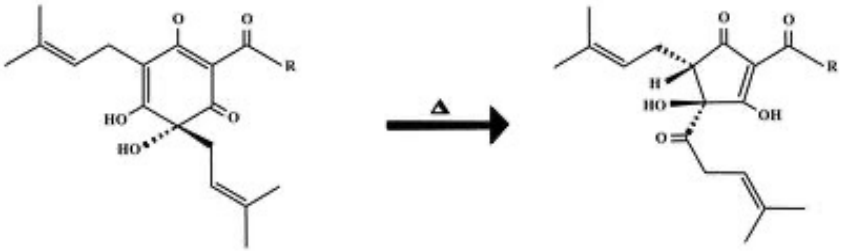
Die Wirkung des Hopfens innerhalb der Traditionellen Chinesischen Medizin

- Klärt Hitze und beruhigt das Shen
- Tonisiert das Yin
- Sedierung von Herz-Feuer
- Löst eine Leber-Qi-Stagnation
- Klärt Magen-Feuer
- Tonisiert das Wei-Qi der Schleimhäute
- Klärt Feuchte Hitze der Haut

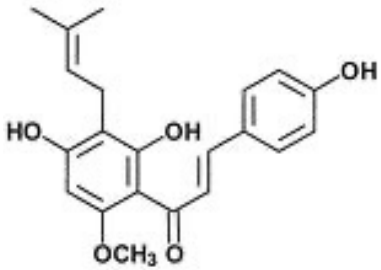
Hopfen steht für eine Dualität zwischen Genuss und Medizin.

(Prof. Shao Lei, Fudan University of Shanghai)

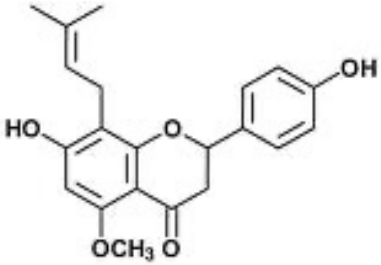
Medizinisch wirksame Inhaltsstoffe des Hopfens:



- alpha- and beta-Säuren
- Bitterstoffe
- Catechin
- Quercetin
- Resveratrol
- 8-prenylnaringenin (8-PN)
- Xanthohumol



Xanthohumol (XN)



Isoxanthohumol (IX)

Medizinische Wirkungen des Hopfens am Beispiel des Xanthohumol:

- gegen Pilzerkrankungen
- Antibiotische Wirkung gegenüber einem weiten Spektrum von Bakterien
- gegen zahlreiche Viren
- gegen Malaria-Parasiten
- Entzündungshemmung
- antioxidative Wirkung
- gegen Arteriosklerose
- antidiabetische Wirkung
- gegen Osteoporose
- Hemmung von Krebserkrankungen

Hopfen – ein Heilmittel mit „antioxidativer Wirkung“

Antioxidantien senken die Aktivität sog. „freier Radikale“ und wirken so gegen Herzinfarkt, Schlaganfall, Entzündungen und Krebs. Weiterhin senken sie erhöhte Blutfettwerte.

Weitere antioxidativ wirksame Lebensmittel:
Beeren, Trauben, Brokkoli, Mandeln, grüner Tee, **Propolis**, Paprika, Tomaten, Grapefruit, Zitrone, Löwenzahn, Chlorella-Algen, Knoblauch, Granatapfel oder Leinöl

Ein „Ausflug“ in die Traditionelle Chinesische Medizin

Hopfen tonisiert Yin

Hopfen sediert aufsteigendes Herz-Feuer

Yin-Mangel
Wenn dem Herz die Kühlung fehlt ....

- Nervosität
- Innere Unruhe
- Ängste
- Man kann nicht abschalten
- Einschlafstörungen
- Herzrhythmusstörungen
- Rückzugstendenzen
- Depression

Hopfen
Kann den Yin-Mangel beseitigen

- Moderne Forschungen zeigen, dass medizinisch wirksame Inhaltsstoffe der Hopfenzapfen auf das neuro-vegetative System eine sedierende Wirkung ausüben können.
- Muskuläre Überlastungen der Skelettmuskulatur können entspannt werden
- *(Phytomedicine, 2006)*

Indikationen:

- **Schlafstörungen**
- **Nervosität**
- **Vegetative Tachykardie**
- **Palpitationen**
- **Anspannungen**
- **Angststörungen**
- **Muskuläre Verspannungen**

Yin-Mangel führt zu Leber-Hitze

- Angespannt
- Gereizt
- Aggressiv
- Stressintolerant

Verspannungen

Bluthochdruck

Tinnitus

Herzinfarkt

Schlaganfall

Volksweisheiten zur Leber

- Choleriker
- „eine Laus läuft über die Leber““
- „die Galle kommt hoch“
- „verbohrt“ oder „verbissen“ zu sein
- „Wadelbeisser“

Was der Leber schadet …..

- Umweltgifte
- Stress
- Alkohol
- Medikamente
- Ernährungsfehler
- Candida-Belastungen
- Parasiten

Schon die Alten Assyrer wussten ...

... um die Bedeutung einer gesunden Leber bescheid.

Ihre Grußformel lautete:

„Möge sich Deine Leber glätten“

Leberstörung
Bsp.: „Aufsteigendes Leberfeuer“

- Reizbarkeit
- Wutausbrüche
- Kopfschmerz
- Tinnitus
- Gerötete Augen, gelbe Skleren
- Schlafstörungen
- Bluthochdruck
- Durchblutungsstörungen (Schlaganfall, Herzinfarkt)
- Depressive Verstimmungen

Hopfen kann den Symptomen eines „Leber-Feuers“ entgegenwirken

- Psycho-emotional ausgleichend
- Absenkung erhöhter Blutdruckwerte
- Minderung von Kopfschmerzen und Migräne
- Anregung der „Ausleitung und Entgiftung“ durch die Leber

- Moderne wissenschaftliche Untersuchungen zeigen, dass Hopfen einen günstigen Effekt auf den Stoffwechsel der Leber ausüben kann.
- **Beispielsweise ist Hopfen in der Lage einer Fibrose der Leber entgegen zu wirken bzw. diese zu verhindern.**
- ***(Journal of Experimental and Molecular Pathology, April 2012)***

Bitterstoffe des Hopfens

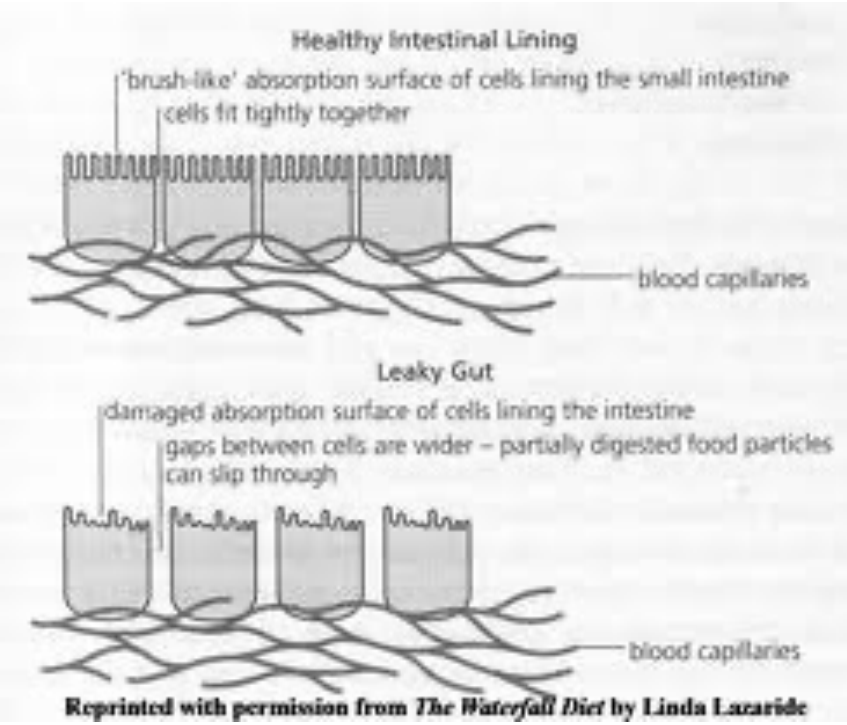
Traditionelle Chinesische Medizin

- **Ausleitung von „Nässe-Hitze“**
- **Tonisierung der Lebensenergie „Qi“**
- **Kräftigung der Abwehrenergie „Wei-Qi“**

Moderne Wissenschaft

- Adstringierende Wirkung auf die Schleimhautzellen
- Begünstigung der physiologischen Bakterienbesiedelung im Darm
- Darmbarriere wird gefestigt und der Übertritt pathogener Faktoren in Blut und Lymphe erschwert.
- Immunsystem wird gestärkt
- Allergien werden abgemildert bzw. ursächlich beseitigt.
- Unterstützung der Verdauung

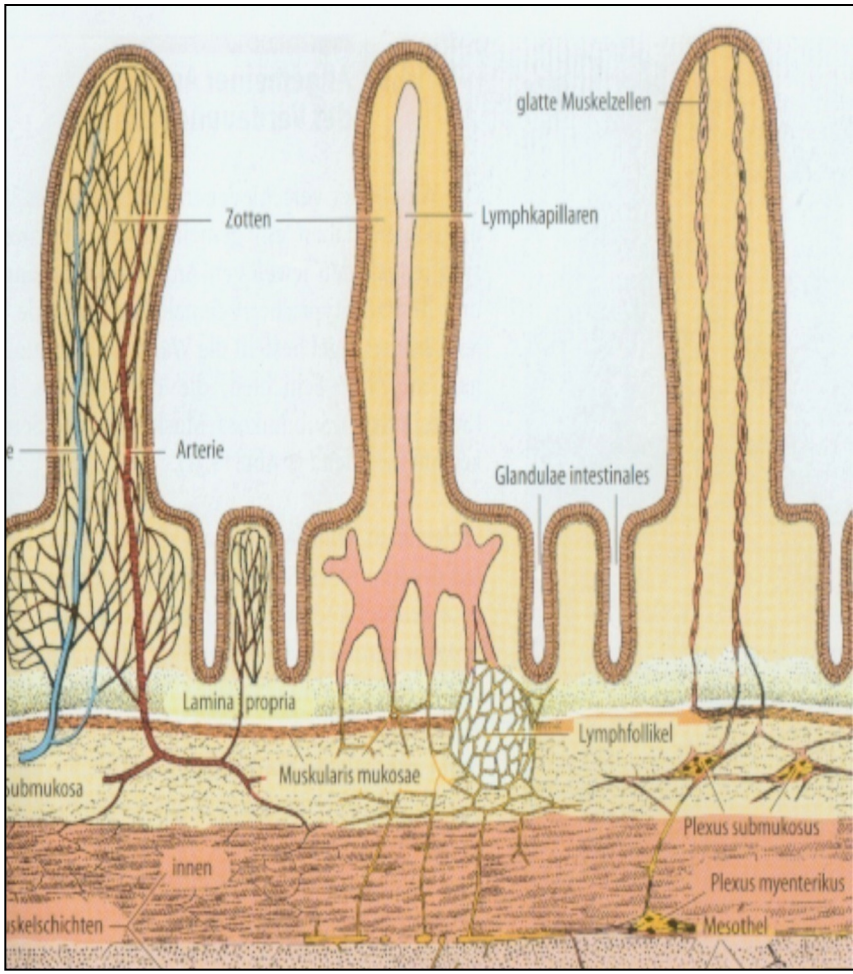
Bitterstoffe des Hopfens
Effektiv gegen das „Leaky-Gut-Syndrom“



- **Syndrom des „durchlässigen Darms“**
- Bakterien und Darminhalt gelangen in die Blutbahn und in das Lymphsystem
- **<u>Folgen:</u>**
  - Allergien
  - Verdauungsstörungen
  - Stoffwechselstörungen
  - Erschöpfungszustände
  - Hauterkrankungen
  - Infektanfälligkeit

Die Darmzotten – Wurzeln für ein gesundes Leben

- Verdauungsorgan
- Immunorgan
- Energiegewinnung
- Sinnesorgan („Enterisches Nervensystem“)
- Ausscheidung und Entgiftung



Hopfen
„Darm & Psyche & Immunsystem“

Flavonoide und Bitterstoffe des Hopfens wirken gegen Entzündungen, Verdauungsstörungen, und trophischen Störungen der Darmschleimhaut

Hopfen unterstützt eine gesunde Darmfunktion

- **ca. 80% der immunologischen Ausprägung der Abwehrzellen findet im Darm statt.**
- **Der Darm ist erheblich an der Bildung psychotroper Neuropeptide beteiligt.**

Hopfen unterstützt den Darm „Steigerung des Immunsystems“

- 70 -80% des gesamten Immunsystems ist in der Darmschleimhaut lokalisiert.
- Die Prägung der B- und T- Lymphozyten findet größtenteils im Darm statt
- **Körperliche Leistungsfähigkeit und ein gesundes Immunsystem stehen zum großen Teil unter dem Einfluss des Verdauungstraktes**

Hopfen unterstützt den Darm „Psyche & Emotion“

- Der Darm ist Produktionsort psychoaktiver Stoffe wie Serotonin, Dopamin, oder Benzodiazepine.

- Das psychoaktive Hormon Serotonin wird zu 95% im Darm produziert.

- Etwa 100 Millionen Nervenzellen sind im Darm lokalisiert, mehr als 40 verschiedene Botenstoffe des Nervensystems werden im Darm produziert.

Hopfen unterstützt den Darm

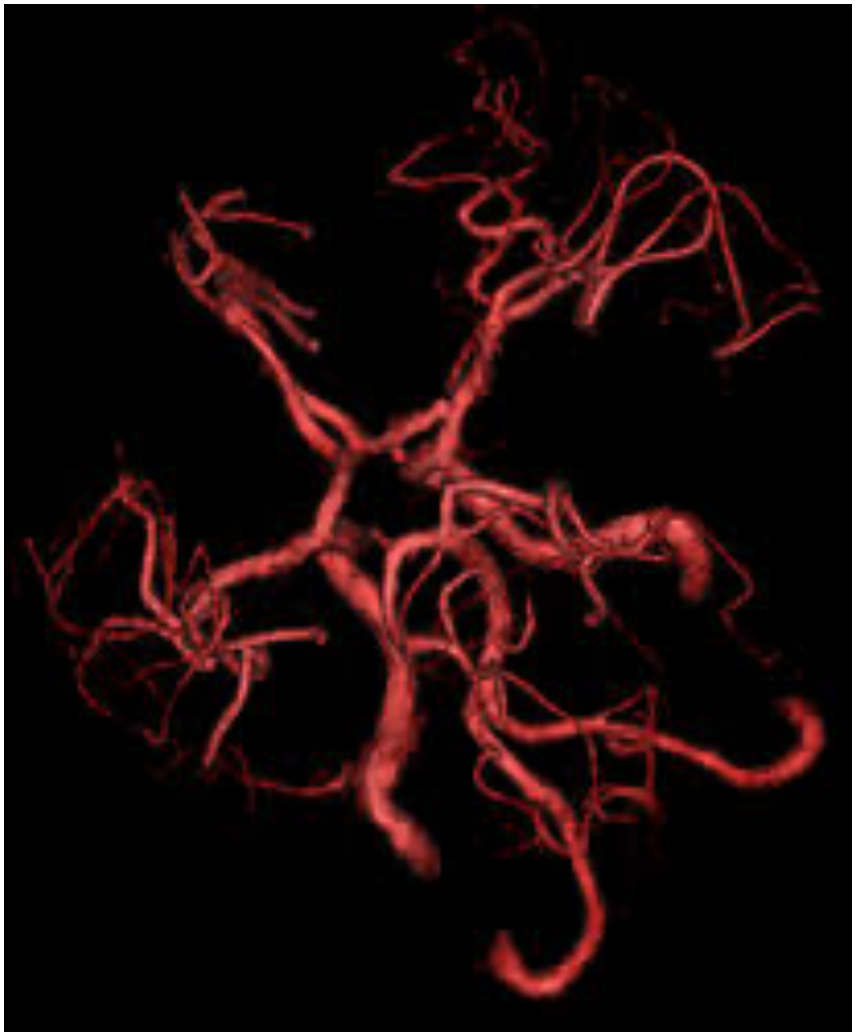
„Die Nervenverbindungen zwischen Darm und Gehirn“

- Der Vagusnerv ist die „Verbindung“ zwischen dem Gehirn und dem Darm.
- 90% der Informationswege bestehen vom Darm zum Gehirn
- 10% der Informationswege bestehen vom Gehirn zum Darm
- **Denken, Emotionen, oder psychische Leistungskraft stehen zum großen Teil unter dem Einfluss des Verdauungstraktes**

Hopfen als Heilmittel „bei nervösen Magenbeschwerden“

- Schmerzen im Oberbauch
- Saures Aufstoßen (Reflux)
- Wiederholtes Auftreten von Übelkeit, Erbrechen
- **Die Beschwerden treten oftmals direkt im Zusammenhang mit psycho-emotionalen Belastungen auf.**
- **TCM-Diagnose: Psycho-emotionale Belastungen schlagen sich auf den Magen**

Hopfen
Aktivierung der Qi- und Blut- Zirkulation



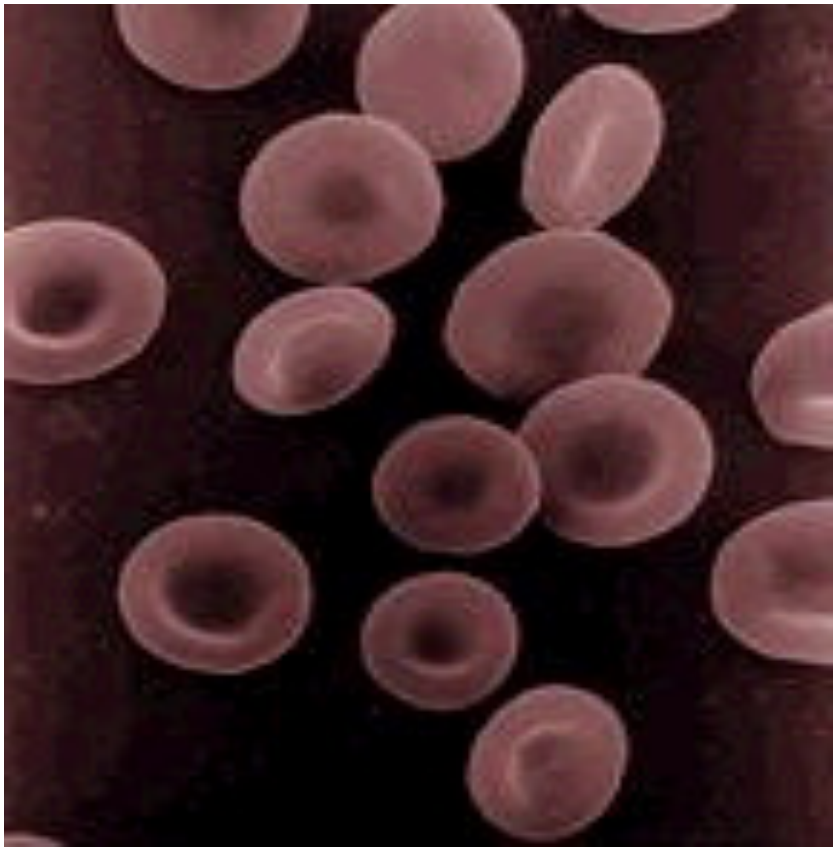
Das Xanthohumol des Hopfens wirkt einer „Aggregation (Verklebung)“ der Thrombozyten entgegen. Dadurch werden die Fließeigenschaften des Blutes begünstigt.

Hopfen verbessert die Durchblutung und ist somit wirksam gegen Herzinfarkt und Schlaganfall.

(The Journal of Evidence-based Complementary and Alternative Medicine, May 2012)

Hopfen begünstigt die Fließeigenschaften des Blutes

im gesunden Zustand



bei Stress (Übersäuerung)

Hopfen kann Beschwerden der Menopause effektiv entgegenwirken

- Hitzewallungen
- Unruhe- und Angstzustände
- Schlafstörungen
- Osteoporose
- Trockene Schleimhäute

Aus Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin liegt eine Schwächung der Nieren-Energie (Yin-Schwäche) vor.

- **Das im Hopfen enthaltene Prenylnaringenin wirkt als Phytoöstrogen und kann somit einem sinkenden Hormonspiegel in den Wechseljahren entgegenwirken.**

- **Eine Studie zeigt, dass bei täglicher Einnahme von Hopfen als Tee od. Tinktur die Wechseljahresbeschwerden deutlich gebessert werden können.**

  (Journal Maturitas, 2006)

Hopfen - Hemmung von Entzündungen & Infektionen

Aus Sicht der Chinesischen Medizin ist Hopfen in der Lage die pathogenen Faktoren „Nässe“ und „Hitze“ auszuleiten. Traditionell wird Hopfen in der Chinesischen Medizin bei Infektionen bzw. Entzündungen angewendet.

Hopfen ist gegenüber einem weiten Spektrum von Bakterien, Viren und Pilzen effektiv wirksam. Ebenso kann Hopfen den Erreger der Malaria wirkungsvoll bekämpfen.

Wissenschaftliche Untersuchungen belegen, dass Xanthohumol und weitere medizinisch wirksame Inhaltsstoffe des Hopfens über eine weit gefächerte antibiotische, antivirale und fungizide Wirkung verfügen.
(*Journal of Molecular Nutrition and Food Research, Sept. 2005*)

Tumor hemmende Wirkung des Hopfens

Aus Sicht der TCM können die Erkrankungsfaktoren „toxische Hitze“ zur Entstehung bösartiger Tumorerkrankungen führen.

Umweltgifte, Ernährungsfehler, Alkohol, Drogen, chron. Infektionen, Bewegungsmangel und psycho-emotionale Stress-Belastungen können zu „toxischer Hitze“ führen.

Wissenschaftliche Studien zeigen einen Tumor hemmenden Effekt durch das Xanthohumol des Hopfens.

(Center of Reserch Harbin University ,China, 2007)

Tumor hemmendes Potential des Xanthohumol des Hopfens

Xanthohumol

Wirkungen bei Krebserkrankungen:

- Antioxidative Wirkung
- Wirkt einer Ausbreitung von Krebszellen (Metastasen) entgegen.
- Unterstützt hemmende Mechanismen gegenüber Krebszellen
- Unterbindung der Durchblutung von Tumorzellen
- Wirkt Tumor fördernden Enzymen und Botenstoffen entgegen
- Anti-entzündliche Wirkung

Wissenschaftlich konnte bisher der Nachweis einer Krebs hemmenden Wirkung für folgende Organe nachgewiesen werden: Dickdarm, Brust, Ovarien und Prostata.

Hopfen
Medizinisch wirksame Anteile

- **Hopfenzapfen**
  (Strobulus Lupuli - getrocknete weibliche Blütenstände)
- **Hopfendrüsen**
  (Lupulin – Gewinnung durch Ausklopfen der Hopfenzapfen)

Apitherapie
Hopfen & Propolis - Tinktur

- **Je 2 El Rohpropolis und Hopfenzapfen werden in 300 ml hochprozentigen Alkohol (z.B. Vodka) in einem Licht undurchlässigen Schraubglas angesetzt.**
- **Mischung täglich schwenken.**
- **Abseihen der Mischung nach 4 Wochen.**
- **Einnahme: 3 x 15 Tropfen täglich**
- **Aus Sicht der Chinesischen Medizin wird die allgemeine Leistungsfähigkeit bzw. das Immunsystem deutlich unterstützt.**

Stress & Burn-out .....
Eine Tinktur aus „Hopfen & Propolis“
tonisiert die Grundenergie „Qi“

30% der Berufstätigen leiden unter erheblichen Stress-Symptomen.

Die Folgen sind psycho-physische Erschöpfungszustände bis hin zum burn-out-syndrom.

Leibärzte des Sultan von Oman sind an Apitherapie interessiert

Pk 16. Feb. 2010

PFAFFENHOFENER NOTIZBUCH

Vier Leibärzte des Sultans von Oman informierten sich jetzt bei dem Pfaffenhofener Arzt und Naturheilexperten Professor Matthias Kunth (2.v.r.) über die Anwendung von Bienenprodukten in der Medizin. Bienengift, Propolis, Bienenwachs, Honig, Gelee Royal und Blütenpollen sind die am meisten verwendeten Produkte in der so genannten Apitherapie. Die Doktores Said Al-Hinai, Mohammed Al-Malki, Hassan Al-Lawati und Abdulla Al-Salami (v.l.) wollen sich weiterbilden, weil ihr als weise geltendes Staatsoberhaupt, Sultan Qabus bin Said, eine eigene Klinik für Apitherapie in der Hauptstadt Maskat gründen will. Sultan Qabus ist einer der am längsten regierenden Staatschefs der arabischen Welt. Foto: Hartmann

Nebenwirkungen & Kontraindikationen

- Diarrhoe
- Aufstoßen
- Übelkeit

Kleinkinder, Schwangere und Mütter während der Stillperiode sollten keinen Hopfen einnehmen.

Bei Depressionen und Epilepsie darf Hopfen nur nach ärztlicher Rücksprache angewendet werden.

Medizinische Heilpflanze Hopfen „Ausblicke“

- Inhaltsstoffe, medizinische Wirkungen und therapeutische Anwendungen des Hopfens sind Gegenstand der aktuellen medizinischen Forschung.
- Eine Vielzahl medizinischer Wirkungen konnten bereits wissenschaftlich belegt werden.
- Die Heilpflanze Hopfen besitzt ein erhebliches medizinisches Potential.
- **Weitere wissenschaftliche Untersuchungen müssen angestrebt werden.**