



**Passiflora**

**Passiflora incarnata,**

**weitere Namen**

**Granadilla (bzw. Grenadilla) incarnata, Passiflora kerii**

**Fleischfarbene Passionsblume, Winterharte Passionsblume, Passionskraut, Leiden Christi, Muttergottes-Schuzchen, im anglikanischen Sprachraum auch Maypop, Flower of the five wounds**

Passiflora incarnata gehört zu den Passionsblumengewächsen. Die Familie umfasst mehrere hundert Arten, die Gattung Passiflora mehr als 530 Arten. Sie ist die umfangreichste Gattung der Familie, zu der auch noch die bei uns etwas bekannteren „Maracuja“-Pflanzen (*Passiflora edulis*) gehören. Die Pflanze ist im Südosten der USA heimisch und wird dort oft als „Maypop“ bezeichnet. Auch die *Passiflora incarnata* trägt essbare Früchte.

Die Blütenmerkmale wurden von christlichen Missionaren als Zeichen der „Leiden Christi“ oder Passion gedeutet, was sich in der Namensgebung niedergeschlagen hat („Passiflora“ = „Passionsblume“, „incarnata“ = „die Fleisch gewordene“)

*Passiflora incarnata* zählt zu den frosthärtesten Passionsblumen. Es werden Fröste bis zu -15 °C überstanden. Allerdings sterben dabei die oberirdischen Pflanzenteile ab.

**Wegen ihres Wirkungsprofils und der langen Nutzungsgeschichte wählte der „Studienkreis Entwicklungsgeschichte der Arzneipflanzen“ an der Universität Würzburg "*Passiflora incarnata*" zur Arzneipflanze des Jahres 2011.**

## Woran erkennt man Passiflora?

*Passiflora incarnata* ist ein immergrüner, ausdauernder Kletterstrauch. Der verholzende Stängel ist grün - später grau - und im Querschnitt leicht eckig. Die Triebe sind 2 bis 6 Meter, selten 10 Meter lang. Die Sprossranken sind rund und glatt, unverzweigt und am Ende korkenzieherartig gewunden. Sie entspringen den Blattachsen.

Die fünfzähligen Blüten erreichen einen Durchmesser von 6 bis 8 Zentimeter. Sie stehen einzeln an bis zu 10 Zentimeter langen Stielen und werden von drei zugespitzten Hochblättern umgeben. Die fünf Kelchblätter sind an der Außenseite grünlich und innen weißlich. Sie sind bis zu 3 Zentimeter lang und tragen eine kurze Granne. Die ebenfalls fünf Kronblätter sind weniger derb und insgesamt etwas kürzer als die Kelchblätter. Sie sind meist blassrosa, Ihre Farbe kann jedoch variieren: so kommen auch rötlich-violette und sogar weiße Tönungen vor. Der Strahlenkranz innerhalb der Blütenkrone (Corona) bildet eine Nebenkronen und ist für Passionsblumen typisch. Die Blütezeit erstreckt sich in der Regel von Juni bis September. Jede Blüte ist nur etwa einen Tag lang geöffnet.

## Wo findet man Passiflora?

*Passiflora incarnata* ist eine von zwei in den USA vorkommenden *Passiflora*-Arten.



Die nördliche Verbreitungsgrenze verläuft durch Bundesstaaten Missouri, Illinois, Indiana, Ohio und Pennsylvania, die westliche erreicht Texas, Kansas und Oklahoma, die südliche Florida. Bei Verschleppung durch den Menschen wildert sie leicht aus, so geschehen auf den Bermudas, den Bahamas, den Antillen, in Mexiko, Mittelamerika, Brasilien und Argentinien. Anbauggebiete für die pharmazeutische Verwendung befinden sich in Florida und Indien, in kleinerem Umfang auch in Italien und Spanien.

*Passiflora incarnata* bevorzugt sandige bis steinige, eher trockene Standorte. Zumindest für die Hälfte des Tages benötigt sie direkte Sonneneinstrahlung.

## Wie wirkt Passiflora?

Die früheste Beschreibung amerikanischer Heilpflanzen (*Materia Medica Americana* 1787, in lateinischer Sprache) erwähnt die Verwendung von *Passiflorae species* als Mittel gegen Epilepsie im Alter. Eine amerikanische Überblicksdarstellung von 1896 schildert ein breites Wirkungsspektrum, das von der Verwendung als Nerven-Sedativum und -Tonikum über Schlafmittel, Krampflöser und Durchfallmittel bis hin zum Einsatz als Antiepileptikum oder der Verhinderung drohender Fehlgeburten reicht.



In den USA wurde Passiflora incarnata 1978 die Anerkennung durch die Food and Drug Administration (FDA) entzogen, da ab diesem Zeitpunkt die Hersteller Daten zur Sicherheit und Wirksamkeit liefern mussten. Entsprechende Nachweise blieben aber aus. Dadurch ging die Verwendung von Passiflora incarnata in den USA stark zurück, anders als in Deutschland, Frankreich und weiteren europäischen Ländern.

Eine medizinische Verwendung von Passiflora incarnata in Europa erfolgt seit dem 20. Jahrhundert insbesondere bei leichten Symptomen nervöser Unruhezustände, als Schlafhilfe oder als angst- und krampflösendes Mittel. Dies ist in namhaften medizinischen Handbüchern belegt (z.B. 1938 durch Gerhard Madaus im Lehrbuch biologischer Heilmittel). Es werden entweder die getrockneten Blätter verwendet (es können auch Teile von Blüten und Früchten enthalten sein), oder ethanologische bzw. methanolische Auszüge mit einem Mindestgehalt von 2,0 % an Flavonoiden. Im Europäischen Arzneibuch wird die aus Passiflora incarnata gewonnene Droge als „Passiflorae herba“ (früher „Herba passiflorae“) bezeichnet. Passionsblumenkraut findet sich in freiverkäuflichen pharmazeutischen Präparaten, entweder feingeschnitten in Teezubereitungen oder als Auszug in Dragees oder Tropfen, meist in Kombination mit anderen Pflanzen, insbesondere Baldrian, Weißdorne, Hopfenzapfen oder Melissenblättern. Das enthaltene „Passionsblumenkraut“ muss dabei stets von Passiflora incarnata stammen, auch wenn Darstellungen auf der Verpackung fälschlich oft andere Arten wie die Blaue Passionsblume zeigen.

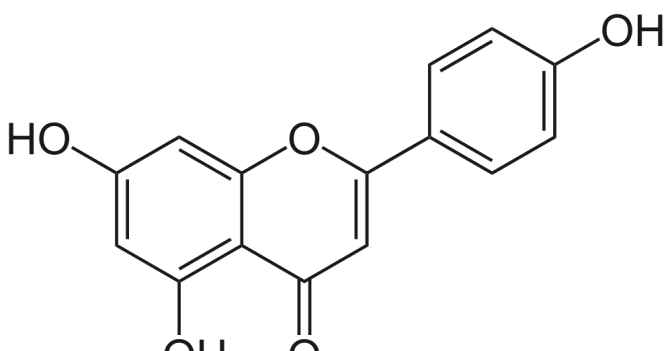
In der Homöopathie werden die frischen oberirdischen Teile von Passiflora incarnata gegen Schlaflosigkeit, Krampfleiden und Unruhezustände angewendet. Neben Urtinktur und flüssigen Verdünnungen (Potenzen) werden auch Streukügelchen, Tabletten und Salben daraus hergestellt.

### **Zusammengefasst noch einmal die Anwendungsgebiete für Passiflora:**

Die Passionsblume wirkt  
beruhigend,  
schmerzlindernd,  
krampflösend und  
senkt den Blutdruck  
ist stimmungsaufhellend  
regt die Phantasie an und  
fördert den Schlaf

Es sind keine Unverträglichkeiten oder Nebenwirkungen bekannt.

**Allerdings wird von der Einnahme während der Schwangerschaft abgeraten.**



### **Welche Wirkstoffe enthält Passiflora?**

Charakteristische Inhaltsstoffe der Passiflora incarnata stammen aus der Gruppe der

Flavonoide mit ca. 1,5 - 2,5 %. Hauptsächlich handelt es sich um von Apigenin (s. Formel) und Luteolin abgeleitete Glykoside wie Isovitexin und Isoorientin. Apigenin kommt unter anderem auch im Sellerie, der Kamille, in Dahlien und im Hennastrauch vor. Es zeigt eine zytostatische Aktivität durch Hemmung des Zellwachstums in der G2/M-Phase (Zellteilung, mitotische Phase). Darüber hinaus ist es ein Inhibitor für die Östrogen-Synthase (für die Synthese von Östrogen wichtiges Enzym) des Menschen.

Angaben zum Flavonoid-Gesamtgehalt schwanken zwischen 0,47 % und 3,91 % in der getrockneten Droge.

In Spuren wurden Cumarin-Derivate, essentielle Fettsäuren sowie Ätherische Öle nachgewiesen. Potenziell toxische Harman-Alkaloide (verantwortlich für eine Rauschwirkung beim Rauchen) sind nur in vernachlässigbar geringen Spuren vorhanden. Maltol ist nach neueren Untersuchungen nicht in wirksamen Mengen enthalten.

Das in *Passiflora incarnata* nachgewiesene cyanogene Glykosid Gynocardin wurde bisher in keiner anderen Passionsblumenart gefunden. Es ist jedoch in unbedenklich geringer Menge enthalten. Daraus freigesetzte Blausäure konnte nicht nachgewiesen werden.

Daneben enthält das Passionsblumenkraut auch Saponine.

Bei den amerikanischen Ureinwohnern stellten nicht die oberirdischen Pflanzenteile den medizinisch genutzten Pflanzenteil dar, sondern die Wurzel. Umso verwunderlicher ist die Tatsache, dass die Wurzel bislang kaum auf Inhaltsstoffe untersucht wurde. Es wurden bisher Cumarine (Scopolentin und Umbelliferon) nachgewiesen.

Die Früchte enthalten verschiedene Zucker und organische Säuren. Flavonglykoside wurden in Früchten und Samen in Spuren nachgewiesen.

Die Früchte sind reich an Vitamin C.

### **Welche Teile der Pflanze werden verwendet?**

Bei den Indianern Nordamerikas wurde *Passiflora incarnata* medizinisch als Wurzelzubereitungen verwendet.

Die Houma verwendeten Wurzelstückchen in Wasser als Blut-Tonikum.

Die Cherokee verabreichten Kleinkindern zur leichteren Entwöhnung Wurzeltee, bei Erwachsenen wurde er gegen Leberbeschwerden eingesetzt.

Weitere Anwendungen waren Breiumschläge bei Schnittwunden, Wurzelsud bei Entzündungen und warme Aufgüsse als Ohrentropfen.

Von europäischen Siedlern wurden Aufgüsse aus getrockneten Blättern als Sedativum verwendet.

### **Verwendung außerhalb der medizinischen Anwendung (in der Küche):**

Nordamerikanische Indianer nutzten *Passiflora incarnata* als Nahrungsmittel. Aus Virginia berichteten Forschungsreisende 1612, dass die Indianer die Pflanzen unter der Bezeichnung *Maracock* (sprachlich verwandt mit Maracuja) ihrer Früchte wegen anpflanzten.

Als Nahrungsmittel besitzt die Art heute keine wirtschaftliche Bedeutung, anders als *Passiflora edulis* (Maracuja).

Dr. rer. nat. Frank Herfurth - Heilpraktiker, Dozent, Lebensmittelchemiker  
Ostlandstr. 53a, 50859 Köln,  
Tel.: 02234-9878810 - Fax: 02234-9878813  
Email: [fh@herfurth.org](mailto:fh@herfurth.org) - Internet: [www.fhherfurth.de](http://www.fhherfurth.de)

