



# Weihnachten und Neujahr Mit pflanzlichen Bitterstoffen vor gefährlicher Pankreatitis schützen

Von *mmv*

Erstellt am 4 Dez 2013 - 10:23

Reichhaltig gedeckte Festtafeln, viele leckere, besonders fetthaltige Gerichte und reichlich strömender Alkohol gehören bei uns zum Familienfest Weihnachten dazu. Solche Völlerei kann aber auch einen lebensgefährlichen Preis haben - die akute Entzündung der Bauchspeicheldrüse ("akute Pankreatitis"). Die unter heftigsten Leibschmerzen auftretende Erkrankung ist besonders häufig während der Weihnachts- und Neujahrszeit.

Die wirksamste Vorbeugung besteht aus einer gemäßigten, eher fettreduzierten Ernährung, einer Verringerung des Alkoholverbrauchs sowie reichlich Obst während der Feiertage. Die traditionelle Erfahrungsmedizin weiß zudem, daß bitterstoffhaltige Pflanzen die Fettverdauung fördern, was auch zur Entlastung der Bauchspeicheldrüse führt. Zudem hat die moderne Wissenschaft gezeigt, daß bittere Pflanzen eine eigene, ausgesprochen deutliche Schutzwirkung auf das Organ haben. Zum Beispiel Löwenzahn (*Taraxacum officinale*) oder Wegwarte (*Cichorium intybus*) wie in der Bitterpflanzenmischung Urbitter® (Tee: PZN 766948; Granulat: PZN 1551707).

Hintergrund: Extreme, oft gürtelförmig um den Bauch ziehende Schmerzen sind das wichtigste Anzeichen für eine akute Selbstaflösung der Bauchspeicheldrüse ("akute Pankreatitis"). Bei schwerem Verlauf ist die Erkrankung lebensgefährlich und führt häufig zum Tode. Sie kommt besonders oft während der Weihnachtszeit und um Neujahr herum vor [1]. Pflanzliche Polyphenole (Resveratrol) können in Tierversuchen vor fatalen Organschäden einer akuten Pankreatitis schützen [2] und werden sogar als zukünftiges Therapeutikum vorgeschlagen [3, 4]. Das Problem: Die angebliche Anti-Aging-Substanz Resveratrol findet sich besonders in Rotwein - jeder Alkoholkonsum ist jedoch bei Pankreatitis absolut kontraindiziert.

Neben erhöhtem Alkoholkonsum und Gallensteinen gehören auch stark erhöhte Blutfette ("Hypertriglyzeridämie") zu den häufigen, wenn auch meist unterschätzten Ursachen der potentiell lebensbedrohlichen Erkrankung [5], zum Beispiel in Folge von reichhaltigen Festtagsgerichten. Eine mäßige Ernährung, Verringerung des Alkoholverbrauchs während der Feiertage und reichlich Obst können die Belastung der Bauchspeicheldrüse erheblich senken [6].

Eine weitere Hilfe sind bitterstoffhaltige Pflanzen(extrakte). Sie fördern nicht nur die Fettverdauung, wie traditionell bekannt ist [7] und in vielen Studien gezeigt werden konnte [8]. Sondern sie schützen, wie für einzelne Pflanzen gezeigt werden konnte, sogar spezifisch vor Pankreatitis. Zum Beispiel die stark bitterstoffhaltigen Heil- oder Lebensmittelpflanzen Löwenzahn (*Taraxacum officinale*) [9] oder Wegwarte (*Cichorium intybus*) [10] wie in der Bitterpflanzenmischung Urbitter® (Tee: PZN 766948; Granulat: PZN 1551707).

### Quellen

- [1] Roberts SE, Akbari A, Thorne K, Atkinson M, Evans PA: The incidence of acute pancreatitis: impact of social deprivation, alcohol consumption, seasonal and demographic factors. *Aliment Pharmacol Ther.* 2013 Sep;38(5):539-48.
- [2] Carrasco C, Holguín-Arévalo MS, Martín-Partido G, Rodríguez AB, Pariente JA: Chemopreventive effects of resveratrol in a rat model of cerulein-induced acute pancreatitis. *Mol Cell Biochem.* 2013 Nov 15.
- [3] Ma Q, Zhang M, Wang Z, Ma Z, Sha H: The beneficial effect of resveratrol on severe acute pancreatitis. *Ann N Y Acad Sci.* 2011 Jan;1215:96-102.
- [4] Shapiro H, Singer P, Halpern Z, Bruck R: Polyphenols in the treatment of inflammatory bowel disease and acute pancreatitis. *Gut.* 2007 Mar;56(3):426-35.
- [5] Scherer J, Singh VP, Pitchumoni CS, Yadav D: Issues in Hypertriglyceridemic Pancreatitis: An Update. *J Clin Gastroenterol.* 2013 Oct 28.
- [6] Oskarsson V, Sadr-Azodi O, Orsini N, Andrén-Sandberg Å, Wolk A: Vegetables, fruit and risk of non-gallstone-related acute pancreatitis: a population-based prospective cohort study. *Gut.* 2013 Aug;62(8):1187-92.



- [7] Steinegger E, Hänsel R: Lehrbuch der Pharmakognosie und Phytopharmazie (4. Aufl.). Springer-Verlag, Heidelberg, 1988.
- [8] Pott R: Naturwirkstoffe aus Pflanzen. Biodiversitätsforschung. Chemie in unserer Zeit. 2010 Aug; 44(4):260-74.
- [9] Seo SW, Koo HN, An HJ, Kwon KB, Lim BC, Seo EA, Ryu DG, Moon G, Kim HY, Kim HM, Hong SH: Taraxacum officinale protects against cholecystokinin-induced acute pancreatitis in rats. World J Gastroenterol. 2005 Jan 28;11(4):597-9.
- [10] Minaiyan M, Ghannadi AR, Mahzouni P, Abed AR: Preventive Effect of Cichorium Intybus L. Two Extracts on Cerulein-induced Acute Pancreatitis in Mice. Int J Prev Med. 2012 May;3(5):351-7.

### Zusatzinformation:

Naturprodukte Dr. Pandalis GmbH & Co. KG ist ein Hersteller von biologisch-ökologisch produzierten Gesundheitsprodukten aus dem Bereich der Pflanzenheilkunde. Die aktuelle apothekenexklusive Produktpalette umfasst die Naturkosmetika Cystus® Bio Salbe (PZN 33 82 114) und Cystus® Creme (PZN 06 24 574), die Tees Cystus® Bio Teekraut (PZN 15 15 485) und Urbitter® Bio Tee (Bitterpflanzentee, PZN 76 67 948), sowie eine Reihe von Nahrungsergänzungsmitteln wie dem Bärlauch Frischblatt Granulat (reich an lebenswichtigen Schwefelsubstanzen in reduzierter(=aktiver) Form, PZN 49 26 148).

\*

### Pressekontakt

mMv - multi MED vision - Berliner Medizinredaktion

Sigismundstraße 5

10785 Berlin

Telefon 030 - 806 136 - 79

Telefax 030 - 806 136 - 80

eMail [mmv@berlin.de](mailto:mmv@berlin.de) [1]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 03:18):** <http://medkom24.eu/node/18518>

### Links:

[1] <mailto:mmv@berlin.de>