CURCUMA LONGA

Carolina Gisel Matti

STECKBRIEF

Name	Curcuma longa / Kurkuma
Familie	Zingiberaceae / Ingwergewächse

Kurkuma ist als Gewürz im Handel. Es ist nebst anderen Pflanzenteilen ein wichtiger Bestandteil des Curry-Pulvers. In Apotheken und Drogerien sind unter anderem Kurkumapulver und Kapseln mit dem Pulver erhältlich.

Verwendete Droge	Curcumae longae rhizoma / Kurkumawurzelstock: Gebrühte und getrocknete Wurzelstöcke.
Inhaltsstoffe	Im Durchschnitt etwa 3 bis 5 % ätherisches Öl, Zingiberen (etwa 25 %), Curcumol und geringe Mengen a-Phellandren, Sabinen, Cineol und Borneol . Im Rhizom sind bis zu 5 % Curcuminoide enthalten, in der Droge enthalten sind 30 bis 40 % Stärke.
Wirkungen	Gallentreibend, antioxidativ, entzündungshemmend, antimikrobielle (Bakterien, Parasiten, Pilze, Viren), schmerzlindernd, antiproliferativ, antitumoral und immunmodulierend.
Indikationen	Verdauungsstörungen (Dyspepsie) und bei Störungen der Leber- und Gallenfunktion.
Kontraindikationen	Überempfindlichkeit, bei Gallenverschluss und bei Gallensteinen.
Unerwünschte Wirkungen	Evt. Durchfall.
Interaktionen	Arzneimittel-Wechselwirkungen sind möglicherweise mit Antithrombotika wie beispielsweise Acetylsalicylsäure und Clopidogrel möglich, da Curcumin in vitro die Plättchenaggregation hemmt.
Zubereitung und Dosierung	**Dosierung:** Fertigarzneimittel: siehe Packungsbeilage; Teeaufguss: mehrmals täglich eine Tasse Curcumatee oder Javanische-Gelbwurz-Tee vor oder zu den Mahlzeiten trinken. Tagesdosis: 1,5 bis 3 g grob pulverisierte Droge. **Zubereitung:** Tee: 0,5 bis 1 g grob pulverisierte Curcumawurzelstock bzw. Javanische Gelbwurz mit 150 ml siedendem Wasser versetzen und nach 5 bis 10 Min. abseihen.

BOTANIK

Kurkuma dient auch als Gewürz und ist farbgebender Bestandteil des Currypulvers.

Vorkommen	Ursprünglich aus Indien, wird heute weltweit in vielen tropischen Gebieten angebaut (China, Indien, Indonesien, Malaysia, Madagaskar). Die Wurzelstöcke stammen ausschliesslich aus dem Anbau. Die Pflanze verlangt ein sehr warmes, feuchtes Klima und reichlich Wasserversorgung.
Statur	Ausdauernde, aufrechte und bis zu 1.2 m hoch werdende tropische Rhizomstaude.
Rhizom	Gelbe bis orange, zylindrische, aromatische Rhizome als Überdauerungsorgane - ähnelt stark dem des Ingwers, ist jedoch intensiver gelb gefärbt.

Blätter	Wechselständig angeordnete, kahle Laubblätter sind in Blattscheide, Blattstiel und Blattspreite unterteilt. Aus den Blattscheiden wird ein Scheinstamm gebildet. Der Blattstiel kann bis zu 45 Zentimeter lang werden. Die einfachen Blattspreiten sind bei einer Länge von bis zu 90 Zentimeter und einer Breite von 15 bis 18 Zentimeter länglich bis elliptisch mit sich verschmälernden Spreitenbasis und kurz zugespitztem oberen Ende.
Blüten	Endständig auf dem Scheinstamm steht über einem 12 bis 20 Zentimeter langen Blütenstandsschaft ein bei einer Höhe von 12 bis 18 Zentimeter und einem Durchmesser von 4 bis 9 Zentimeter zylindrischer, ähriger Blütenstand, der viele Blüten enthält.

Geschichte

Der Name Curcuma leitet sich wahrscheinlich vom indischen kurkum, dem Namen der Pflanze und xanthorrhiza (xanthos, goldgelb und rhiza, Wurzel) hinweisend auf den Querschnitt des gelben Wurzelstockes ab. Das Artepitheton longa bezieht sich auf die langen Nebenrhizome der Pflanze.

Curcuma domestica wird schon seit langer Zeit sowohl in der deutschen wie auch ausländischen Medizin als Choleretikum und Cholekinetikum verwendet. Wie Stirnadel zu berichten weiß, wurde sie sogar schon im Alten Testament als Heilmittel erwähnt. Tabernaemontanus sagt in seinem "New und vollkommen Kräuterbuch" (1613) von Curcuma: "Es ist die Wurzel gar wenig in Gebrauch / Es wird aber ein Lattwerge in den Apotheken zugerichtet / Diacurcuma genennt / so zu vielen Schwachheiten gut ist / als nemlich zu kalten Schwachheiten des Magens / der Leber und des Miltzes / und derselben langwierigen Gebrechen. Gilbwurzel wird auch genannt Gelsuchtswurzel / die weil sie zu der Gelsucht sol gut seyn.".