

Pflanzenporträt: Senna

Das Arzneibuch unterscheidet zwei Sennes-Arten: *Cassia angustifolia* (Tinnevely-Sennes) und *Cassia senna* (Alexandriener Sennes). Sie gehören zur Familie der *Caesalpinaceae* und sind verwandt mit dem Johannisbrot- und dem Tamarindenbaum. Beheimatet ist Senna in den Tropen und Subtropen. Alexandriener Senna wird in Nordafrika angebaut und über den Hafen von Alexandria ausgeführt, Tinnevely-Senna stammt von der Arabischen Halbinsel und wird auch in Südindien im Distrikt Tinnevely angebaut.

Die Sennespflanze ist ein kleiner Strauch, der maximal 1,5 m hoch wird. Er hat gefiederte Blätter und leuchtend gelbe Schmetterlingsblüten, die in Trauben angeordnet sind. Daraus entwickeln sich dann die braunen Hülsenfrüchte. Laut Arzneibuch kommen Blätter und Früchte zum Einsatz. Die Blätter werden gerettet, indem man die Fiederblättchen abstreift und trocknet. Die Früchte werden ebenfalls gerettet, wenn sie voll reif sind.

Sennesblätter und -früchte sind klassische Abführmittel. Nachdem sie vor etwa 25 Jahren in den Verdacht gekommen waren, krebserregend zu sein, wurden sie sehr gründlich erforscht und gehören mit zu den am besten untersuchten Teedrogen. Durch umfangreiche Studien konnte der Verdacht der Kanzerogenität widerlegt werden und Senna ist auch heute noch ein zuverlässig wirkender Bestandteil von Abführtees oder Zubereitungen wie Fruchtwürfeln.

Die abführende Wirkung beruht auf den sog. Sennosiden. Das sind relativ große Moleküle, die zunächst unwirksam sind, im Dickdarm aber durch Bakterien gespalten werden. Dabei entsteht das abführende Rhein. Dieses



Foto: Blende 8

■ Apotheker Dr. Lutz Engelmann

wirkt, indem es die Rückresorption von Wasser aus dem Dickdarm hemmt und sogar dafür sorgt, dass noch mehr Wasser in den Darm gelangt. Dadurch nimmt das Volumen des Nahrungsbreis und damit der Druck auf die Darmwand zu. Dies wird über Nerven an das Gehirn gemeldet, das dann wiederum das Signal zur Darmentleerung gibt.

Da Senna erst im Darm in wirksame Strukturen gespalten wird, erklärt sich auch, warum die Wirkung 6-8 Stunden verzögert eintritt. So lange braucht die Nahrung bis sie den Dickdarm erreicht. Deshalb soll man senna-haltige Arzneimittel immer früh morgens oder spät abends einnehmen.

Senna verursacht keine nennenswerten Nebenwirkungen – vorausgesetzt, es wird nicht überdosiert oder missbräuchlich eingesetzt, denn dann kann es zu einem erhöhten Wasser- und Elektrolytverlust kommen. Eine Verschiebung der Elektrolyte kann insbesondere für Herzpatienten gefährlich werden.

Ihr Apotheker

Dr. Lutz Engelmann