

Mentha piperita / Menth.

(Pfefferminze, *Mentha x piperita* L.)



Pflanze:

Die Pfefferminze ist eine ausdauernde Pflanze aus der Familie der Lippenblütler und ist der wichtigste Vertreter der artenreichen Gattung der Minzen. Sie entstand im 17. Jahrhundert in England, vermutlich durch eine zufällige Kreuzung von Bachminze und Waldminze. Eine Vermehrung der Pfefferminze ist nur durch Stecklinge möglich, nicht aber durch Samen. Obwohl sie eine reine Kulturpflanze ist, wildert die Pfefferminze häufig aus. Von allen Minzen hat die Pfefferminze den höchsten Mentholgehalt im ätherischen Öl.

Name und übliche Potenz

der pharmazeutischen Zubereitung:

Mentha piperita spag. Zimpel Ø

Verwendete Pflanzenteile:

In der Regel die ganze, frische Pflanze vor der Blütezeit.

Wirkaspekte:

phytotherapeutisch, homöopathisch, aromatherapeutisch

Eigenschaften:

- verdauungsanregend
- galleanregend
- krampflösend
- blähungswidrig
- entzündungswidrig
- schmerzlindernd
- juckreizstillend
- nervenstabilisierend

Indikationen:

- Verdauungsschwäche
- Gallenschwäche
- Gallenkolik
- Übelkeit
- Erbrechen
- Völlegefühl

- Gastritis
- Magen-Darmkrämpfe
- Bauchkrämpfe der Kleinkinder
- Reizdarm
- Reizhusten
- Juckreiz an Haut und Scheide
- verschiedene Schmerzsymptome (Kopf, Zähne, Ohren, Nerven)

Wirkprofil im körperlichen Bereich:

Mentha piperita hat einen starken Einfluss auf die Funktionen der Verdauungsorgane. Die Essenz regt die Verdauungsdrüsen an – vor allem die Galleproduktion – und kann daher Beschwerden infolge schwacher Verdauungsleistungen regulieren. Besonders deutlich ausgeprägt ist ihre krampflösende Wirkung. Somit wird Mentha piperita zu einem wichtigen Mittel bei der Behandlung von Magen-Darmkrämpfen, Verkrampfungen im Bereich der Gallenblase und Reizdarm. Gute Wirkungen zeigen sich auch bei Bauchkrämpfen im Kleinkindalter. Mentha piperita kann zudem eingesetzt werden, wenn Magen-Darbeschwerden und Völlegefühl nachts auftreten und den Schlaf rauben.

Die entzündungswidrigen Effekte von Mentha piperita machen das Mittel geeignet bei Gastritis aber auch Atemwegsinfekten mit trockenem Reizhusten. Der Husten verschlimmert sich durch lautes Reden und das Einatmen von kalter Luft, Nebel und Rauch. Ausserdem wirkt Mentha piperita juckreizstillen, auch bei Scheidenjucken. Lindernde Effekte hat die Essenz ausserdem auf verschiedene Schmerzsymptome.

Transformationsziele:

- Gute Verdauungsfunktionen von Magen, Darm und Galle gewährleisten.
- Krampfartige Verdauungsprobleme lösen und die Bauchorgane entspannen.
- Erhöhte Empfindlichkeiten der Atemwege sowie der Haut und Schleimhäute regulieren.

Wirkprofil im seelisch-geistigen Bereich:

Die spagyrische Essenz Mentha piperita neigt im seelisch-geistigen Bereich zu emotionaler und mentaler Schwäche mit Benommenheit und depressiver Erschöpfung. Innerlich fühlt sich alles wie dumpf und schwer an. Situationen und Entwicklungen scheinen wie steckengeblieben.

Die Gedanken kreisen ständig um Schwierigkeiten und Probleme und man hat vermehrt Mühe mit der Konzentration. Allerdings vermögen diese Menschen, der inneren Schwere und Trägheit gut entgegenzusteuern, indem sie diese mit vollem Einsatz und Überaktivität zu kompensieren versuchen. Dann erscheinen sie nach aussen hin fast überaktiv und betont fleissig. Sie erledigen die Aufgaben ausgesprochen schnell und suchen geradezu nach Arbeit, um nicht in die geistige Dumpfheit zurückzufallen. Dabei kann ihr Tun aber leicht unüberlegt sein und ohne klare Struktur. Gelingt ihnen das nicht, reagieren sie schnell mit psychosomatischen Störungen, die aus dem körperlichen Bild der Essenz bekannt sind.

Transformationsziele:

- Ein Gefühl der inneren Leichtigkeit und Erleichterung entwickeln.
- Die Lebenssituation klar und ungeschminkt wahrnehmen.
- Hemmende Umstände durch überlegte und zielgerichtete Aktivität überwinden lernen.