

Bittere Medizin:

Wie Thailand gegen das Covid-19-Virus kämpft



© Thaihom Enterprises und Josef Burri 2020
Stand: 23.3.2020



Um es ganz klar vorweg zu nehmen: Auch die traditionelle thailändische Medizin (TTM) bietet keinen Schutz vor Ansteckung mit dem Covid-19-Virus, und die Wirksamkeit ihrer Methoden ist bei dieser Pandemie weder nachgewiesen noch garantiert. Trotzdem hat in Thailand ein Run auf eine ganze bestimmte Pflanze eingesetzt: den Kalmegh. Was hat es damit auf sich? Erstaunlicherweise wies Thailand bis Mitte März 2020 relativ wenige Covid-19-Erkrankungen auf, obwohl wegen der geografischen Nähe zu China und wegen den zahlreichen Touristen aus der Volksrepublik ein anderes Szenario zu erwarten gewesen wäre. Immerhin besuchten 2019 rund elf Millionen chinesische Touristen Thailand. Mitte Januar 2020 brach die Zahl der Besucher aus dem Reich der Mitte dann komplett ein, als dort das Ausmass der gefährlichen Pandemie erkannt worden war. In Thailands Medien setzte eine intensive Berichterstattung über das Corona-Virus ein. Ab Februar waren die Gesichtsmasken bei Asiaten, die sich an belebten Orten wie Flughäfen oder Shopping-Malls aufhielten, allgegenwärtig. Die Gesundheitsbehörden verhängten nach und nach einschneidende Massnahmen. Woran es liegt, dass in Thailand die publizierte Infektionsrate in dieser Zeitperiode gering war und wie sich die Situation längerfristig entwickelt, bleibt vorerst Spekulationen überlassen. Die neusten Zahlen zeigen nun auch in Thailand eine Zunahme von Covid-19-Infekten.

Bittere Medizin in Zeiten der Pandemie



Mitte März setzte ein Run auf die Kapseln der Kalmegh-Pflanze ein, weil offenbar zahlreiche Menschen gute Erfahrungen mit diesem Heilmittel bei Erkrankungen der Atemwege gemacht hatten. "Fah thalaichon" heisst sie auf Thai, auf lateinisch *Andrographis paniculata* (Wall).¹ Das Akanthusgewächs stammt ursprünglich aus Indien und Sri Lanka und ist mittlerweile in ganz Südostasien und etlichen anderen Ländern verbreitet. Als Medizin ist die Pflanze bei Kindern verhasst, und zwar aus einem bestimmten Grund, der allen sofort verständlich ist, die einmal Kinder waren. Dennoch wird sie in den traditionellen Medizinsystemen Indiens, Chinas, Tibets, Thailands und Malaysias recht häufig verwendet. Sie wird auch als "indische Echinacea" bezeichnet. Die thailändische Bezeichnung "Fah thalaichon" bedeutet ungefähr so viel wie "Der Himmel vertreibt den Eindringling" oder "Der Himmel schlägt den Räuber", was durchaus der erwünschten medizinischen Wirkung entspricht.

Sogar ein thailändischer Spielfilm trägt diesen Originaltitel, wohl weil Pflanze und Titel den Seelenzustand des Protagonisten treffend beschreiben ("Tears of the Black Tiger" von Wisit Sasanatieng, 2000). Warum Grossmütter sehr viel Überzeugungsarbeit leisten müssen, um ihren kranken Enkelkindern den Kalmegh-Tee aufzuschwatzen, liegt in dessen Bitterkeit. Der Kalmegh hat also durchaus dramaturgische Qualitäten. Er ist die Bitter-Pflanze par excellence und darf in keinem häuslichen Kräutergarten Thailands fehlen.

Geerntet wird Kalmegh, wenn die knapp einen Meter lange Pflanze in Blüte steht. Die länglichen lanzettlichen Blätter trocknen im Schatten am besten und verlieren so wenig von ihren Wirkstoffen. Steht die Heilpflanze nicht gerade zur Verfügung, so behilft man sich mit den pulverisierten Blättern in Kapseln, die mittlerweile nicht nur in Thailand, sondern weltweit im Angebot stehen. Je bekannter die Kapseln sind, desto länger werden die Indikationslisten, was den Marktwert der Kapseln wiederum steigert. Manchmal wird der Kalmegh aus Thailand unter der Schreibweise "Fa Ta Lai Jone" vertrieben. Wer bloss mit den Kapseln vorliebnimmt, bringt sich allerdings um das Erlebnis der Bitterkeit.

In Thailand selbst ist der Kalmegh das typische Heilmittel bei Erkältungskrankheiten, vor allem wenn die oberen Luftwege betroffen sind, aber ganz generell bei Fieber, Halsschmerzen, Husten, Tonsillitis, Schnupfen und Sinusitis (oft in Ergänzung zu einem anderen "Lieblingsgetränk" der Kinder aus dem sauren *Phyllanthus emblica*). Daneben dient das Bittermittel der Stärkung der Leber und hilft bei verdorbenem Magen. Kalmegh soll Viren, Bakterien und Würmer vertreiben und somit unerwünschte Eindringlinge unschädlich machen. In der Regel folgt die Anwendung als heisser Aufguss der getrockneten Blätter. Von einer einmaligen Anwendung sollte der Nutzer aber keine langanhaltende Wirkung erwarten, obwohl oft eine sofortige Besserung

¹ Josef Burri, Bernhard Uehleke: *Andrographis paniculata* – Kalmegh, Fah thalaichon – Thailändische Heilpflanzen im Kurzporträt. Zeitschrift für Phytotherapie 40 (2019), 120-121.

der Symptome eintritt. Empfohlen wird deshalb die Einnahme über mehrere Tage hinweg, was eine gewisse Überwindung des Patienten voraussetzt. Ihm sei das lateinische Sprichwort "per aspera ad astra" (durch Bitternisse zu den Sternen vorstossen) ans Herz gelegt.

Gemäss Bernhard Uehleke, einem wissenschaftlich tätigen Spezialisten für Naturheilverfahren, belegen pharmakologische Studien entzündungshemmende Wirkungen über übliche Mechanismen. Eine ausgesprochen antipyretische (fiebersenkende) Wirkung soll sogar dem Paracetamol vergleichbar sein. Darüber hinaus gibt es Hinweise auf Hemmung von Influenza-Viren. Die symptomlindernde Wirkung bei Atemwegsinfekten und bei Magen-Darm-Störungen sei allein über reflektorische Wirkungen der bitteren Zubereitungen plausibel, erklärt Professor Uehleke. Mehrere Studien haben sich vor allem mit der Wirkung von Kalmegh bei Erkältungen der oberen und tieferen Atemwege beschäftigt. Belegt sind die Linderung von Husten und Halsentzündungen sowie der Gesamtsymptomatik und eine Verkürzung der Krankheitsdauer.

Weitere Grippemittel der TTM



Das auf TTM spezialisierte Chaophraya Abhaibuejhr Spital in Prachinburi empfiehlt bei Halsschmerzen und Schüttelfrost die Einnahme von dreimal drei Kapseln Kalmegh pro Tag. Eine Tasse mit einem heissen Teeaufguss aus frischen oder getrockneten Blättern kappt den beginnenden Schnupfen. Allerdings, so ein Sprecher des Spitals, sei eine Wirkung von Kalmegh-Zubereitungen bei einer Infektion mit dem Covid-19-Virus wissenschaftlich keineswegs nachgewiesen. Der Nachweis einer Stärkung des Immunsystems sei ebenfalls nicht belegt. Die Behandlung von grippeähnlichen Erkrankungen in der thailändischen Erfahrungsmedizin schliesst auch eine Reihe von weiteren Heilpflanzen mit ein:

- Amlabaum (*Phyllanthus emblica*, Makham poom) bei Husten (Bild),
- Ingwer (*Zingiber officinale*, Khing) schweisstreibend und verdauungsfördernd,
- Boraped (*Tinospora crispa*, Booraphed) bei hohem Fieber,
- Myrobalane (*Terminalia chebula*, Samoo thai) bei Fieber und hartnäckigem Husten,
- Solanum (*Solanum trilobatum*, Mawähng khria) bei trockenem Husten.

Kräuterdampfbäder und Inhalationen sind ebenfalls angezeigt; dabei kommen die folgenden Pflanzen zur Anwendung (oft als Aufguss von frischen oder getrockneten Pflanzenteilen, allenfalls als ätherische Öle):

- Blockzitwer (*Zingiber montanum*, Phlai),
- Kaffirlimone (*Citrus hystrix*, Makruht),
- Eukalyptus (*Eucalyptus globulus*, Juhkhahlip),
- Zimt (*Cinnamomum zeylanicum*, Oop chöi),
- Kampherbaum (*Cinnamomum camphora*, Kahrabuhn),
- Zitronengras (*Cymbopogon citratus*, Takhkrai).

Professor Uehleke empfiehlt ausserdem einen heissen Tee-Aufguss mit Ingwer, Zitrone oder Lime und Honig. Bittere Nahrungsmittel wie die thailändische Bittergurke, kurze, aber beschwingte Spaziergänge an der frischen Luft und Kaltwasseranwendungen nach Pfarrer Sebastian Kneipp stärken nach Uehleke das Immunsystem. Ausserdem hält er die Einnahme von Medikamenten, die möglicherweise das Immunsystem schwächen (Säureblocker, Entzündungshemmer, Heuschnupfenmittel, ACE-Hemmer), in der gegenwärtigen Situation für problematisch.

Langsamer Anstieg der Covid-19-Patienten in Thailand

Thailand gehörte anfänglich zu den "glücklichen" Ländern, in denen sich das Corona-Virus nur langsam ausbreitete und deshalb die Verbreitungskurve flach war. Mindestens galt das für die Periode von anfangs Februar bis Mitte März. Auch die Zahl der bekannten Todesfälle war gering. Das mag verschiedene Gründe haben, über die wir derzeit nur rätseln können. Begrüssung und Verabschiedung sind in einem Land, das unter Einheimischen nur den Wai und weder Händeschütteln noch Küsschen kennt, jedenfalls nicht ansteckend. Ab Mitte Februar war der Zutritt zu Shopping Malls und manchen öffentlichen Einrichtungen nur noch erlaubt, wenn die gemessene Körpertemperatur im Normalbereich lag. Handdesinfektion war sowieso obligatorisch. Bestand ein Verdacht auf Erkrankung oder wurde bei einem Patienten das Covid-19-Virus festgestellt, setzten unverzüglich umfangreiche Desinfektionsmassnahmen ein, bis hin zur sorgfältigen Reinigung von Strassen und Plätzen.

Jeder einzelne Fall eines Corona-Erkrankten wurde, mindestens in der Anfangsphase, auf seine Historie hin untersucht. Eine recht grosse Gruppe von Box-Fans hatte sich beispielsweise in einem der grossen Boxstadien Bangkoks angesteckt. Das Verbot von Grossveranstaltungen liess nicht lange auf sich warten. Wer aus China und Süd-Korea nach Thailand zurückkam, galt ohnehin als verdächtig und wurde in Quarantäne geschickt, entweder zu Hause oder bei Verdacht auf Ansteckung in spezialisierten Spitälern. Ausländer wurden ab dem 22. März nur noch ins Land gelassen, wenn sie ein aktuelles medizinisches Zeugnis vorweisen konnten, das sie als corona-frei bestätigte. Ebenso brauchte es die Bescheinigung einer Krankenversicherung, dass allfällige Krankheitskosten in der Folge eines Virusinfektes bis 100'000 US-Dollars gedeckt sind.

Ab Mitte März nahm die Zahl der nachgewiesenen Covid-19-Erkrankungen stetig zu, wie zuvor in europäischen Ländern. Kritiker werfen der Regierung vor, dass die Gesundheitsbehörden zu spät reagiert, konfus kommuniziert und aus den Erfahrungen der betroffenen Staaten in Europa nichts gelernt hätten. Auch gab es kaum ein einheitliches Vorgehen in allen Regionen. Der Regierung sei es einzig darum gegangen, einen landesweiten Lockdown zu verhindern. Ähnliche Aussagen zu den Entscheiden von Regierungen und Gesundheitsbehörden waren in anderen Ländern ebenfalls zu hören. Wer hätte denn Mitte Januar noch gedacht, dass wir vor einer weltweiten Pandemie stehen? Thailands Regierung war auf diese Krisensituation definitiv nicht vorbereitet.