

Rosenhonig: duftige Ergänzung der Migräneprophylaxe

Datum: 01.05.2018

Original Titel:

Effect of "Gol-E-Ghand", a Mixture of Rose Petals and Honey, on Migraine Attacks: A before-after Pilot Study.

Migräne wurde bereits vor tausenden Jahren beschrieben. Avicenna (980-1032), ein Persischer Gelehrter, trug viel zur Entwicklung der heutigen Neurologie bei. Dazu gehörten auch wichtige Beobachtungen und Rückschlüsse zu Kopfschmerzen und Migräne. Neuere Studien zeigen, dass einige der medizinischen Pflanzen, die Avicenna zur Behandlung der Migräne empfahl, auch nach heutigen medizinisch-wissenschaftlichen Standards teils deutliche Effekte, beispielsweise bei der Schmerzlinderung, haben. In der traditionellen persischen Medizin gibt es auf dieser Basis auch heute noch verschiedene pflanzliche Zubereitungen zur Behandlung der Migräne. *Gol-e-ghand*, der Rosenhonig, ist ein im Iran häufig dafür verschriebenes Mittel. Die Wissenschaftler um Dr. Maddahian aus dem Department für Traditionelle Medizin der Shahid Beheshti Universität für Medizinwissenschaften in Teheran im Iran untersuchten nun in dieser Studie, ob Menschen mit Migräne tatsächlich von der ergänzenden Einnahme von Rosenhonig profitierten.

Dazu wurden 19 Patienten mit Migräne, deren Diagnose nach den Kriterien der Internationalen Kopfschmerzgesellschaft erfolgt war, zu einer Behandlung zugewiesen. Die Studie wurde in zwei Phasen unterteilt - einmal erhielten die Patienten Propranolol als Medikament allein, und anschließend erhielten sie zusätzlich zu dem Medikament Rosenhonig. Die Schwere, Dauer und Häufigkeit der Kopfschmerzen wurden jeweils vor und nach den Behandlungsphasen ermittelt. Im Mittel litten die Patienten vor der Behandlung unter mehr als 5 Migräneattacken pro Monat.

Die Forscher fanden, dass Patienten, die den Rosenhonig eingenommen hatten, seltener Migräne hatten, als die Patienten, die nur Propranolol erhielten. Dabei konnten die Patienten im Durchschnitt etwas mehr als einen migränefreien Tag im Monat dazugewinnen. Die Schwere und Dauer der Anfälle waren dagegen nicht verbessert.

Die Rosenhonigzubereitung *Gol-e-ghand* kann demnach als ergänzende Migräneprophylaxe die Häufigkeit von Migräneanfällen reduzieren. Wie gut sich die Wirkung allerdings in kontrollierten größeren Studien halten würde, ist noch unklar. Als kleine Köstlichkeit mit möglicherweise Migränevorbeugendem Nebeneffekt wollten wir Ihnen dieses Rezept aber dennoch nicht vorenthalten.

50 g getrocknete Rosenblütenblätter

300 g heller Honig

50 ml Rosenwasser

Rosenblütenblätter, Rosenwasser und Honig werden im backofenfesten Gefäß verrührt und anschließend sehr langsam im Backofen auf höchstens 40°C erhitzt. Anschließend soll die Mischung einen Tag lang bei Raumtemperatur durchziehen. Nachdem die Flüssigkeit anschließend durch ein Tuch gesiebt wurde und die Blütenblätter ausgedrückt sind, kann man sie noch einmal durchrühren, und abfüllen oder verwenden.

Ob Avicenna seinen Patienten aber auch genau diese Zubereitung des Rosenhonigs vorschlug, wissen wir nicht. Rosenhonig wird interessanterweise auch im Kräuterbuch (anno 1588) von Tabernaemontanus, deutscher Mediziner und Pflanzenkundler, beschrieben – hier allerdings als Mittel gegen Entzündungen in Mund und Bauch, und mit einer etwas anderen Mengenvorgabe: die dreifache Menge Honig im Vergleich zu Rosenblättern. Übrigens ist diese Speise nicht für Babies geeignet – Honig kann, als Naturprodukt und in diesem Fall nicht hoch erhitzt, das Bakterium Clostridium enthalten, und ist damit für sehr kleine Kinder mit ihrem noch nicht ausgereiften Immunsystem potentiell lebensgefährlich. Für alle anderen sollte der Honig jedoch sehr gut verträglich und lecker sein.

Referenzen:

Maddahian A, Togha M, Sahranavard S, Riahi SM, Dehghan S, Movahhed M. *Effect of "Gol-E-Ghand", a Mixture of Rose Petals and Honey, on Migraine Attacks: A before-after Pilot Study*. Vol 4. The Iranian Society of Pharmacognosy; 2017.