

Estragol in Fencheltee – ein Problem?

Aufgrund des HMPC-Statements zu Estragol in Arzneipflanzen [1], hat nun auch Swissmedic empfohlen, keinen Tee aus Fenchel Früchten bei Stillenden oder Schwangeren anzuwenden und bei Kindern unter 4 Jahren eine Medizinalperson beizuziehen.

Dies hat sehr viel Irritation ausgelöst, wird doch seit Jahrzehnten, wenn nicht sogar seit Jahrhunderten Fencheltee als Galactagogum bei Stillenden eingesetzt und Säuglingen bei Koliken gegeben.

Pharmakologische Untersuchungen in vitro und in vivo (Mäuse und Ratten) haben für reines Estragol carcinogene, genotoxische und leberschädigende Wirkungen gezeigt [3]. Diese Daten sind nur schwer auf den Menschen übertragbar. Um dennoch für den Humanbereich Schwellenwerte angeben zu können, bei denen ein Gefährdungspotential ausgeschlossen werden kann, werden mittels in der Toxikologie etablierten Berechnungsmodellen unter Einbezug von Sicherheitsfaktoren Toxizitätsdaten aus Tierstudien auf den Humanbereich umgerechnet.

Dies hat nun dazu geführt, dass die HMPC empfiehlt, dass der Estragolgehalt von Arzneipflanzen max. 1 µg/kg KG/d betragen soll [1].

Ob Fenchel Früchte als Vielstoffgemisch überhaupt problematisch sind, ist bisher nur bezüglich Mutagenität, Genotoxizität und Cytotoxizität in vitro mit verschiedenen Zubereitungen (wässriger oder methanolischer Extrakt oder Pulver) untersucht wurden [3]. Die Ergebnisse waren negativ. Weitere toxikologische Untersuchungen zum Fencheltee fehlen aber bis anhin.

Es gibt es wohl keinen Säugling, der nicht mit Fencheltee behandelt wurde und keine Mutter, die nicht fenchelhaltige Stilltees getrunken hat. Kommt hinzu, dass Estragol in vielen Küchenkräutern in ähnlichen Konzentrationen wie in den Fenchel Früchten vorkommt (Basilikum, Estragon, Kerbel, Avocado, usw.). Wir müssten somit seit Jahrzehnten eine extrem hohe Zahl an Personen mit Lebertumoren und auffällig hohen gesundheitlichen Schäden beobachten. Dafür gibt es bis anhin keinen wissenschaftlichen Nachweis.

Auch muss berücksichtigt werden, dass der menschliche Organismus Reparaturmechanismen besitzt, um z.B. die temporäre Bildung von DNA-Addukten durch Estragol rückgängig zu machen. Des Weiteren kann die Bildung von DNA-Addukten durch Naturstoffe, u.a. polyphenolische Verbindungen, Flavonoide, Glucosinolate, Curcuminoide, etc. – die Teil unserer Ernährung sind, gehemmt werden [4].

Fazit

Angesichts der Komplexität des Datenmaterials bei gleichzeitigem Fehlen von Untersuchungen mit Teezubereitungen, ist es unmöglich eine klare wissenschaftlich fundierte Aussage zu treffen. So steht man nun in der Beratung vor der schwierigen Entscheidung, sicherheitshalber den behördlichen Empfehlungen zu folgen und Alternativen (z.B. Kamillentee) zu

empfehlen oder unter Einbezug der bisherigen Erfahrungen die kurzfristige Anwendung von Fencheltee in den üblichen Dosen als vertretbar anzusehen.

Eine gleichzeitige Gabe von Fencheltee und Paracetamol sollte vermieden werden, um die Leber nicht unnötig zu belasten. Auch sollten PatientInnen mit Leberproblemen estragolhaltige Lebens- und Arzneimittel meiden.

Autorin: Dr. sc. nat. Beatrix Falch, 25.3.2024

Literatur

1. Public statement on the use of herbal medicinal products containing estragole EMA/HMPC/137212/2005Rev 1Corr 1, 12.5.2023
2. Vorläufige Empfehlung von Swissmedic vom 6.3.2024:
<https://www.swissmedic.ch/swissmedic/de/home/news/mitteilungen/fencheltee-fuer-schwangere-kinder-unter-4-jahren.html#:~:text=Vorl%C3%A4ufige%20Empfehlung%20von%20Swissmedic&text=Fencheltee%20und%20andere%20Arzneimittel%20mit,%C3%BCr%20die%20Gesundheit%20sein%20kann.>
3. Assessment report on *Foeniculum vulgare* Miller subsp. *vulgare* var. *vulgare* and *Foeniculum vulgare* Miller subsp. *vulgare* var. *dulce* (Mill.) Batt. & Trab., fructus EMA/HMPC/240553/2016; 31.1.2024
4. Esselen M. Lebensmittelchemie 2013. Nachr. Chem., 2014;62: 343-348. <https://doi.org/10.1002/nadc.201490091>