

## Zingiber montanum – Blockzitwer, Phlai

### Thailändische Heilpflanzen im Kurzporträt

Josef Burri<sup>1</sup>, Bernhard Uehleke<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Langnau am Albis

<sup>2</sup> Berlin

*Zingiber montanum* (Koenig) Link ex Dietr. ist identisch mit *Zingiber cassumunar* Roxb., auf Deutsch Blockzitwer. Er gehört in die große Familie der Zingiberaceae und ist mit dem gewöhnlichen Ingwer (*Zingiber officinale* Rosc.) nahe verwandt, wird in der TTM aber anders eingesetzt (weniger als verdauungsförderndes Lebens- und Heilmittel, eher als entzündungshemmendes Schmerzmittel). In Thailand erscheint der Blockzitwer gewöhnlich unter dem Namen „Phlai“, im Nordosten als „Wahnfai“ (Lao) oder als „Ponlei“ (Khmer), im Norden als „Pulöi“. Auch das Volk der Karen (West- und Nordthailand, Myanmar) schätzt die therapeutischen Eigenschaften von *Zingiber montanum* [1]. Die unterschiedliche Namensgebung deutet auf die weite Verbreitung und Nutzung der Pflanze in Thailand. Auch in einigen anderen südost- und südasiatischen Ländern ist die Heilpflanze bekannt.

Fast alle Thai kommen im Verlauf ihres Lebens in Kontakt mit Phlai; er ist eine Volksmedizin im wahrsten Sinne des Wortes. Im rund 400-jährigen thailändischen Volksepos „Khun Chang Khun Phaen“, worin es infolge von kriegerischen Auseinandersetzungen mitunter zu erheblichen Verletzungen kommt, wird er an mehreren Stellen als Mittel zur Desinfektion und Wundheilung eingesetzt. Die Pflanze gilt in Thailand als einheimisch und ist aus einem gut sortierten Kräutergarten nicht wegzudenken.

### Anwendung in der TTM

Für die traditionelle Nutzung in der Human- und Veterinärmedizin kommt das frische oder getrocknete Rhizom infrage (► **Abb. 1**), das im Mörser mit Honig und allenfalls weiteren Heilpflanzen zu einem Brei zerrieben wird. Im Handel ist auch ein Pulver des Rhizoms erhältlich. Aus den Rhizomen wird mit üblicher Dampfdestillation oder mit Mikrowellenextraktion ein ätherisches Öl gewonnen, das in Massageölen verdünnt zur Anwendung gelangt. Blockzitwer ist in der traditionellen Therapie indiziert bei schmerzhafter Zerrung, Quetschung, Schwellung, Gliedersteife und bei Kribbeln. Weiter soll es bei Obstruktion der Atemwege



► **Abb. 1** Getrocknetes, geschnittenes Rhizom von *Zingiber montanum*. Quelle: Josef Burri

(Asthma), Hautentzündungen, Pilzinfekten, Magenverstimmung, Durchfall und als Mittel gegen Insekten wirksam sein.

Blockzitwer ist fast immer im Kräutergemisch von heißen Kompressen oder Kräuterstempeln enthalten, zusammen mit Kaffirlimone (*Citrus hystrix*), Eukalyptus (*Eucalyptus globulus*), Zimt (*Cinnamomum zeylanicum*), Kampfer (*Cinnamomum camphora*) und Zitronengras (*Cymbopogon citratus*). Es wird die Verwendung von originalen Pflanzenteilen empfohlen; ätherische Öle würden sich in der Hitze schnell verflüchtigen. Der Masseur oder die Therapeutin drückt die im Dampf erhitzten Kompressen oder Stempel (► **Abb. 2**) auf die schmerzenden Körperstellen [2], [3].

### Stand der Forschung

Eine Review über 6 Studien ergibt für eine topische Anwendung von Creme einen Nutzen bei Muskel- und



► **Abb. 2** Kräuterstempel der Traditionellen Thaiändischen Medizin. Quelle: Josef Burri

Gelenkschmerzen; hingegen bleibt die Evidenz bei Akne und als Antihistaminikum noch unklar [4].

In einer randomisierten und als doppelblind bezeichneten Studie zeigte eine über 15 Minuten mit Wasserdampf inhalierte Aroma-Mischung mit Phlai-Öl im Vergleich zu Olivenöl bei gesunden männlichen Probanden keine signifikanten Unterschiede bezüglich der Stimmung mit Ausnahme des Rorschach-Stress-Tests [5]. Daraus lässt sich noch kein Nutzen für eine klinische Anwendung ableiten.

Phlai-Kapseln mit 100 mg und 200 mg zeigten als Einzeldosis eine Inhibition der Hautreaktion auf Histamin und mittelstarke Prick-Tests mit Hausstaub bei Patienten mit allergischer Rhinitis. Als Vergleich dienten 10 mg Loratadin [6]. Die klinische Langzeitwirkung bleibt noch offen. Eine besonders gute Eignung als Repellent hat sich in einigen Studien bisher nicht nachweisen lassen.

Zusammenfassend scheint eine externe Anwendung gegen Schmerzen des Bewegungsapparates durch erste klinische Studien vielversprechend, während für andere Claims noch keine klinische Evidenz vorliegt.

## Interessenkonflikt

JB erklärt, dass keine Interessenkonflikte und keine Finanzierung durch Dritte bestehen. BU berät Anbieter von meist pflanzlichen Arzneimitteln, Medizinprodukten und Nahrungsergänzungsmitteln – auch solche von traditionellen Arzneimitteln.

## Korrespondenzadresse

**Dr. Josef Burri**  
Glärnischstrasse 51  
8135 Langnau am Albis  
Schweiz  
E-Mail: jb921@bluewin.ch

## Literatur

- [1] Kornkanok T, Wongsawad C, Winijchaiyanan P et al. Traditional knowledge on medicinal plant of the Karen in northern Thailand: A comparative study. *J Ethnopharmacol* 2013; 150: 232–243
- [2] Dhippayom T, Kongkaew C, Chaiyakunapruk N et al. Clinical effects of Thai herbal compress: a systematic review and meta-analysis. *Evid Based Complement Alternat Med* 2015; 2015: 942378. doi: 10.1155/2015/942378
- [3] Salguero CP, Roylance D. *Encyclopedia of Thai Massage – A Complete Guide to Traditional Thai Massage Therapy and Acupressure*. Forbes – Findhorn; 2011: 251–256
- [4] Chongmelaxme B, Sruamsiri R, Dilokthornsakul P et al. Clinical effects of *Zingiber cassumunar* (Plai): A systematic review. *Complement Ther Med* 2017; 35: 70–77
- [5] Arpornchayanon W, Gomornchareonsiri S, Chansakaow S et al. Acute effects of essential oil blend containing phlai oil on mood among healthy male volunteers: randomized controlled trial. *J Complement Integr Med* 2019. doi: 10.1515/jcim-2019-0097 [Epub ahead of print]
- [6] Tanticharoenwivat P, Kulalert P, Dechatiwongse Na Ayudhya T et al. Inhibitory effect of Phlai capsules on skin test responses among allergic rhinitis patients: a randomized, three-way crossover study. *J Integr Med* 2017; 15: 462–468. doi: 10.1016/S2095-4964(17)60353-4

## Bibliografie

DOI <https://doi.org/10.1055/a-1102-1650>  
Zeitschrift für Phytotherapie 2020; 41: 87–88  
© Georg Thieme Verlag KG Stuttgart · New York  
ISSN 0722-348X