

Postbus 7279  
3280 AB Numansdorp  
T : (0186) 577 177  
F : (0186) 654 221  
E : Info@naturafoundation.nl  
I : www.naturafoundation.nl



**NATURA**  
FOUNDATION

## Passiflora incarnata Fytotherapie

### SYNONIEMEN

Passiebloem; Passion flower

### BESCHRIJVING

#### Inleiding

De naam "passiebloem" heeft (helaas?) niets met passie of romantiek te maken. De naam ontstond doordat de ingewikkeld gebouwde corona in het hart van de bloem op de doornenkroon van Christus lijkt. De plant wordt over de gehele wereld gekweekt, maar komt oorspronkelijk uit Noord-Amerika waar hij op zonnige plaatsen op vruchtbare gronden groeit. De plant is geliefd om zijn bijzondere crème kleurige bloemen welke een paars hart hebben. Na de bloei verschijnen er geurige, oranje vruchten aan de plant.

#### Volksgeneeskunde

Meer dan 200 jaar gebruiken mensen de passiebloem als een kalmerend middel om gespannen zenuwen tot rust te brengen. Vooral in de homeopathie is de passiebloem al heel lang populair, bijvoorbeeld om toe te passen bij slaapstoornissen. In de volksgeneeskunde had de passiebloem een goede reputatie ter behandeling van neuralgieën, hysterie, nerveuze tachycardie, astma, acute ziekteprocessen en slapeloosheid. Wetenschappelijk onderzoek heeft later aangetoond dat dit volksgeneeskundig gebruik grotendeels juist is geweest en dat de veronderstelde sedatieve werking op het centrale zenuwstelsel terecht is, ook al heeft men tot op heden niet alle werkzame bestanddelen geïdentificeerd.

### WERKING

#### Werkzame bestanddelen:

Alkaloiden (0.025-0.032%) uit de harmaangroep als passiflorine, arbitine, yageine, loturine (harmaan), harmalol, harmine, harmaline en misschien harmol (discutabel); flavonoïden berekend als hyperoside (0.3-0.4%) met vitexine, isovitexine, kaempferol, quercetine en rutine; saponarine, oriëntine, iso-oriëntine, maltol, ethylmaltol, passicol, vetzuren, etherische oliën met meer dan 150 verschillende actieve componenten; alleen de wortel bevat cumarinen

#### Aanvulling:

Het werkzame alkaloïde dat men vroeger passiflorine noemde, heet tegenwoordig: 3-methyl-beta-carboline (harmaan). Het bezit een sedatieve en slaapbevorderende werking. De hoeveelheid alkaloïde aanwezig in de plant hangt sterk af van de grondsoort, de herkomst en de bereidingswijze van het product

#### Werkingsmechanisme

De passiebloem bezit sedatieve, hypnotische (slaapverwekkende), spasmolytische en pijnstillende eigenschappen. De ESCOP noemt als indicaties voor deze plant gespannenheid, rusteloosheid en geïrriteerdheid welke vaak optreden samen met inslaapproblemen.

Dierstudies toonden een sedatieve werking op het centrale zenuwstelsel aan. In hoge doses ingenomen, hebben passiebloem extracten een anticonvulsieve werking, in lage doses treedt een afname van de spontane motorische activiteit op. Eveneens constateerden onderzoekers een verlengde slaaperiode. Wetenschappers schrijven deze eigenschappen toe aan maltol en ethylmaltol. Harmane alkaloiden staan er om bekend een stimulerende invloed uit te oefenen op het centrale zenuwstelsel via het proces van mono-amino-oxidase (M.A.O.) remming. Men neemt aan dat de sedatieve werking van mantol en ethylmaltol deze stimulerende werking van de alkaloiden blokkeert, maskeert, remt of opheft.

De alkaloiden hebben bovendien een spasmolytische invloed op het gladde spierweefsel en verlagen de bloeddruk. In Passiflora treft men tevens lage serotonineconcentraties aan hetgeen wellicht mede de ontspannende, kalmerende, stemmingsbevorderende en bloeddrukverlagende eigenschappen van de plant verklaart.

Vervolgonderzoeken met droogextracten toonden naast genoemde eigenschappen ook een opvallende anxiolytische (angstremmende) werkzaamheid aan. In verschillende documenten wijzen auteurs op de fungicide en antibacteriële werkingen van de plant.

#### Praktijk

Behandelaars schrijven Passiflora wellicht het meeste voor bij (in)slaapproblemen, spanning en onrust. Inname van gestandaardiseerde extracten (op 3.5-4% isovitexine flavonoïden) vergemakkelijkt het inslapen en verlengt de

slaaperiode aanzienlijk (tot 40%). Daarnaast is het extract geïndiceerd bij nervositeit, onrust, geïrriteerdheid en klachten daaruit voortvloeiend (spierkrampen, astmatische krampen, Irritable Bowel Syndrom, nerveuze tachycardie en hypertensie). Bij een hormonale dysbalans heeft gebruik van extracten een harmoniserend en ontspannende effect. Extract kunnen derhalve geïndiceerd zijn bij menstratieklachten en overgangsklachten. Van Hellemont stelt een combinatie van Crataegus oxyacantha met Passiflora voor bij hartkloppingen en tachycardie.

#### **CONTRA-INDICATIES**

Zowel de bestanddelen harman als harmaline versterken uteruscontracties. Gebruik tijdens zwangerschap en lactatieperiode is gecontra-indiceerd.

#### **BIJWERKINGEN**

De ESCOP waarschuwt dat bij inname van de plant of extracten daarvan sufheid kan optreden. De rijvaardigheid en het correct bedienen van machines kan beïnvloed worden. Als deze bijwerkingen optreden, dient men af te zien van deelname aan het verkeer of het bedienen van machines. Incidenteel treden overgevoelighedsreacties op.