

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 54 (1997)  
**Heft:** 8: Die Angst vor dem Knoten in der Brust : das Dilemma von Früherkennung und Vorsorge

**Artikel:** Kava-Kava : Tranquilizer aus der Südsee  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-554816>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 03.05.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



Als Rauschmittel der besonderen Art kennen die Bewohner Polynesiens und Melanesiens Kava-Kava seit undenklichen Zeiten. Der Naturforscher Georg Forster (1754 – 1794) brachte die Pflanze von seiner Weltumsegelung mit James Cook (1728 – 1779) nach Europa. Seither wurde der Rauschpfeffer eingehend wissenschaftlich untersucht. Seine Wurzeln enthalten Stoffe, die nicht nur berauschen, sondern vor allem beruhigen und Spannungszustände harmonisieren.

Lange bevor die Europäer die Südsee mit ihren Schiffen befuhren, spielte Kava-Kava für die Bewohner der Inseln im Stillen Ozean in ihrem sozialen, politischen und religiösen Leben eine bedeutende



Zu Ehren ihres Entdeckers Georg Forster (1754 – 1794) heisst der Rauschpfeffer auf lateinisch *Piper methysticum* G. FORSTER. Das Bild zeigt den Zeichner Georg Forster, rechts, neben seinem Vater auf Tahiti.

Rolle. Sie kauten die geschälten, gereinigten und in kleine Stücke geschnittenen Wurzeln der Pflanze bei Festen aller Art und verwendeten den Wurzelstock für ein berauschendes und beruhigendes Getränk. Je nach Insel wurde (und wird) Kava-Kava, das gelegentlich auch Ava-Ava, Yangona oder Wati heisst, für verschiedene «Heil»-Zwecke angewandt. Diese reichen vom Rauschzustand über Schlaflosigkeit bis zu Durchfall, Tuberkulose und Asthma. Dass sich auch die weissen Seefahrer nach ihren monatelangen Reisen vom Rauschpfeffer gerne berauschen liessen, kann man sich gut vorstellen.

Ein therapeutischer Gebrauch der Staude *Piper methysticum* wird in Nordamerika und England seit Anfang des 19. Jahrhunderts empfohlen. Seither hat die zu den Pfeffergewächsen gehörende Pflanze immer wieder das Interesse der Pflanzenheilkunde geweckt. In jüngster Zeit wurde besonders ihre nebenwirkungsfrei und ohne Suchtgefährdung beruhigende und gleichwohl die geistige Konzentration erhöhende Wirkung hervorgehoben.

#### Herzförmige Blätter, verholzte Stengel

Die strauchartige Kava-Kava-Pflanze wird etwa zwei bis fünf Meter hoch und wächst meist im Halbschatten. Man trifft sie praktisch nur in den Tropen sowie im ganzen pazifischen Raum an. Ursprünglich stammt sie aus Neuguinea oder den Neuen Hebriden. Dank der

Seefahrerkünste der Südsee-Insulaner verbreitete sie sich bis nach Hawaii. Die Stengel der ausdauernden, langsam wachsenden Pflanze besitzen einige Ähnlichkeiten mit denen junger Bambusse; die dunkelgrünen, manchmal auch rötlichen Blätter besitzen die Form eines länglichen Herzens. Der voll ausgewachsene Strauch erinnert an ein Blumenbouquet: oben buschig und dicht beblättert, unten gebüschelte, verholzte Stengel. Am wirksamsten sollen angeblich Kava-Kava-Wurzeln sein, die auf trockenem, kalkhaltigem Boden und in den Bergen wachsen.

Innerhalb der Pfeffergewächse besitzt der Rauschpfeffer verschiedene Verwandte. Erwähnenswert ist etwa der *Macropiper excelsum*. Diese in Neuseeland vorkommende Pflanze heisst im «Land der langen weissen Wolke» übrigens ebenfalls Kava-Kava und wird in der neuseeländischen (Maori-)Volksmedizin für Magenbeschwerden sowie Wunden aller Art verwendet. Ausser dem Namen hat sie mit dem Rauschpfeffer *P. methysticum*, wie gesagt, nichts zu tun.

### Pflanzenkraft und Speichelsaft

Die traditionelle Herstellung des Kava-Kava-Getränks entspricht nicht ganz unseren Hygienevorstellungen. Aber bitte: Ein paar stramme junge Männer kauen den geschälten, zerschnittenen, meist von den Wurzeln befreiten Wurzelstock der Pflanze. Dadurch wird der Speichelfluss angeregt, was eine enzymatische Aufspaltung der Pflanzenstoffe – und damit eine höhere Wirkung – zur Folge hat. Das Gekaute wird in eine Schale gegeben und mit einem Bündel aus Bastfasern von den Drogenpartikeln befreit. Anschliessend wird Wasser in die Schale gegossen – fertig ist das begehrte, auf milde Weise beauschende «Pfeffergetränk».

Ursache der Wirkung sind die Kavalactone (Kavain). Schon seit einiger Zeit kann die moderne Pharmazie diese auch Kava-Pyrone genannten Inhaltsstoffe synthetisch herstellen. Entsprechend weiss man aus verschiedenen Studien über ihre entspannungsfördernde und gleichzeitig leistungssteigernde Wirkung recht gut Bescheid. Anwendungsbereiche von Kava-Kava-Extrakten sind neben leichten Stimmungsschwankungen und Klimakteriumsbeschwerden vor allem Angst- und Spannungszustände und damit verbundene Herz- und Kreislaufstörungen, Nervenschmerzen, Nervosität und Schlafstörungen. Auch bei Rheumatismus, chronischen Blasenentzündungen (Reizblase) sowie krankhaften Veränderungen im Leber-Galle- und Magen-Darmbereich wird Kava-Kava angewandt – allerdings empfiehlt sich in den zuletzt genannten Fällen nicht Selbstmedikation, sondern Anwendung nach ärztlicher Anweisung. Um eine optimale Wirkung zu erzielen, wird meist eine kurmässige Einnahme des Wurzelextrakts oder daraus hergestellten Produkts empfohlen. Als Homöopathikum wird *P. methysticum* insbesondere bei Nervosität vor Prüfungen angewandt. Kava-Kava-Präparate sind in vielen Apotheken und Drogerien erhältlich.



Fotos: Schwabe Pharma AG, Küsnacht a.R.

**Porträt der Inselpflanze Kava-Kava (oben). Unten: Der Kava-Kava-Wurzelstock, den die Südsee-Insulaner traditionell kauen, besitzt einen erdigen, schwach aromatischen Geruch und schmeckt seifenartig.**

#### HINWEIS

**In der Schwangerschaft und Stillzeit wird empfohlen, auf die Einnahme von Kava-Kava-Präparaten zu verzichten.**

• CU