

**Die Fulbe im Futa Djallon -
Pflanzenbeispiele aus Ernährung und
Medizin**

Projektarbeit des Zertifikatsstudienganges in
Ethnobotanik und Ethnomedizin 2008

Ilona Bütler Diallo

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung	2
1.1 Sprache	3
1.2 Lebensraum	3
1.3 Ursprung	3
1.4 Geschichte	4
2. Methoden.....	4
3. Ernährung	5
3.1 Dioscorea villosa	6
3.2 Ipomoea batatas	6
3.3 Digitaria exilis	7
3.4 Elaeis guineensis	7
3.5 Capsicum annuum	7
3.6 Parkia biglobosa	8
3.7 Mangifera indica	8
3.8 Hibiscus sabdariffa	8
3.9 Detarium senegalense.....	9
4. Medizinalpflanzen	9
4.1 Afzelia africana	9
4.2 Albizia zygia	10
4.3 Bombax costatum.....	10
4.4 Cassia siamea	11
4.5 Harungana madagascariensis	11
4.6 Khaya senegalensis	11
4.7 Parinari excelsa	12
4.8 Pterocarpus erinaceus	12
4.9 Vitellaria paradoxa	12
5. Schlusswort	13
6. Danksagung	13
7. Quellenangabe	14

Die Fulbe im Futa Djallon - Pflanzenbeispiele aus Ernährung und Medizin

Ilona Bütler Diallo

Zusammenfassung : Die Fulbe sind traditionell ein nomadisches Hirtenvolk, das heutzutage zu grosser Mehrheit über verschiedene Länder Westafrikas verstreut sesshaft ist. Basierend auf Jahrhunderten von naturnahem Leben besitzen die Fulbe ein immenses Wissen über ihre Herden und ihre Umgebung. Wie viele andere traditionelle Kulturen haben sie ein tiefes Verständnis von Mensch und Tier, von Pflanzen und der Funktionsweise des Ökosystems. Durch das Interesse und die Möglichkeiten der heutigen Wissenschaft verbreiten sich langsam auch in der westlichen Welt wertvolle Erkenntnisse über die, den Fulbe bekannten, Eigenschaften ihrer Heilpflanzen. Teilweise werden sogar zusätzliche Anwendungsmöglichkeiten gefunden, die in Bereichen von globalem Interesse wie Diabetes-, Malaria- oder Krebsbekämpfung zum Einsatz kommen dürften. Die Ernährungsweise der Fulbe entspricht oftmals dem bekannten Prinzip 'food as medicine', dem in Europa immer stärkeres Interesse entgegengebracht wird.

Schlüsselwörter : Fulbe, traditionelle Kultur, Heilpflanzen, Ernährung

1. Einleitung

Eines der Länder Westafrikas, in dem die Fulbe als Populationsgruppe am stärksten vertreten sind – 40 % der Landesbevölkerung laut www.wikipedia.org – ist die Republique de Guinée. Ich lernte das Land, das die Heimat meines Mannes ist, aus seinen Erzählungen und durch Reisen dorthin kennen. Er stammt aus dem 'Futa Jallon', der Region um die Provinzhauptstadt Labé in Mittelguinea, die fast ausschliesslich von Fulbe bewohnt ist. Da mich die Natur, die Pflanzen- und Tierwelt schon immer interessierte, faszinierte mich vieles, was ich dort antraf.

In dieser Arbeit möchte ich drei Schwerpunkte setzen, wobei sich der erste mit verschiedenen Gesichtspunkten der Ethnie wie Geschichte und Ursprung befasst. Der zweite beleuchtet die Ernährung, und der dritte zeigt konkrete Heilpflanzenbeispiele auf.

1.1. **Sprache** : Die Ethnie der Fulbe wird auf französisch als Peul oder Peulh benannt. Die englische Bezeichnung lautet Fula oder auch Fulani. Sie selber nennen sich Fulbe (Plural) und Pullo (Singular) oder aber Haalpular. Das bedeutet 'die, die Pular sprechen' und das aus gutem Grund, denn die Sprache ist sehr schwierig erlernbar und wird laut Wikipedia [1] als eine der komplexesten Sprachen überhaupt bezeichnet. Im Vergleich zu den mir bekannten Sprachen wie Deutsch, Französisch, Englisch, Spanisch zeichnet sich Pular durch zusätzliche Buchstaben und Laute und eine andersartige, viel weitergehende Grammatik sowie durch treffende Umschreibungen, Wortspiele, viel Sprachwitz und noch mehr Sprichwörter aus. Es gibt unglaublich viele Sprichwörter für jeden Bereich, jede Situation und Lebenslage.

1.2. **Lebensraum** : Die Fulbe waren nomadisierende Hirten und zogen mit ihren Herden umher. So wurden sie auch durch Austausch von regionalen Waren zu bedeutenden Händlern. Da in alten Zeiten Viehzucht gleichbedeutend mit Reichtum und Macht war, so haben historisch gesehen die Fulbe immer eine wichtige Rolle in Aufstieg und Fall der alten afrikanischen Reiche gespielt. Sie hatten bedeutenden sozialen, religiösen und politischen Einfluss in Westafrika. Da sie aber Nomaden waren, und die heutigen Grenzen der Länder Afrikas im Jahr 1886 in Berlin von den Kolonialmächten mit dem Lineal gezogen wurden, leben sie heute über viele verschiedene westafrikanische Länder verstreut. Es gibt schätzungsweise 7 Millionen Fulbe [1], die vor allem in Guinée, Mali, Sénégal, Niger, Burkina Faso, Côte d'Ivoire und vereinzelt bis hin in den Tschad und Sudan leben.

1.3. **Ursprung** : Fulbe unterscheiden sich vom Aussehen her von den als ‚negroid‘ bezeichneten Völkern Afrikas, sind häufig hellhäutiger, haben feinere Züge, schmalere Nasen und ovale, längliche Gesichter. Ihre Herkunft ist bis heute nicht eindeutig geklärt. Eine der am häufigsten von den Anthropologen vertretene Theorie ist der altägyptische Ursprung. Sie kamen zu diesem Schluss aufgrund von Vergleichen der Schädelstrukturen und vor allem aufgrund von linguistischen Erkenntnissen. Es gibt markante Ähnlichkeiten zwischen den Fulbe und den alten Ägyptern, sowohl in der Sprache und wie auch in Inhalten der traditionellen Religion. So schuf der höchste Gott Genos die Welt aus einem Tropfen Milch von der Urkuh Itoori, welche mit der altägyptischen Göttin der Liebe Hathor oder auch dem ‚Haus des Horus‘ gleichgesetzt wird. Milch heisst auf

ägyptisch ‚chosamou‘, auf pular ‚kosam‘. Die Kuh, auf ägyptisch ‚nak‘, heisst auf pular ‚nagge‘. Ebenso existieren bei den Fulbe vier grosse Oberclans, deren Namen zum Teil mit Begriffen der altägyptischen Mystik übereinstimmen. Für mich besonders interessant ist, dass mein Familienname Diallo dem altägyptischen Ka (Dia) entspricht, das als Lebenskraft der Seele interpretiert wird [1].

1.4. **Geschichte** : Es gibt auch die Überlieferung, nach der Jakob, Sohn von Isaak, Sohn von Abraham, der Urahn der Fulbe ist, sie also semitischen Ursprungs sind. Die Zeit von Jakobs Sohn Joseph in Ägypten unter dem Sonnenkönig Echnaton (um 1350 v.Chr.) gilt als eine Zeit des florierenden Wohlstandes für alle. Das änderte sich unter Pharao Ramses II. (1280–1212 v.Chr.), dessen Repressionen verschiedenen andersartigen Völkergruppen galt, und gipfelte im Exodus der Israeliten, wobei diese unter Moses' Führung nordostwärts nach Palästina zogen. Gleichzeitig zogen sich die Fulbe gegen Süden zurück und begannen von dort aus gegen Westen weiterzuwandern. Im Laufe der folgenden Jahrhunderte durchquerten sie die Sahara und die Regionen Westafrikas, wobei verschiedene Gruppen zusammen trafen, neue Gruppen bildeten und Königreiche gegründet wurden, wie zum Beispiel das Ghana Empire (700–1240 n.Chr.) [2].

Gewisse wurden sesshaft, andere zogen mit ihren Herden weiter. Ab dem 9. Jahrhundert begannen sie den Islam zu verbreiten, Historiker bezeichnen sie als die ersten ‚black muslims‘. Ungefähr im 11./12. Jahrhundert wanderten sie in das Futa Djallon ein und etablierten sich in den weiten, fruchtbaren Hochebenen und Bergzügen, die im heutigen Guinée liegen. Erst die Kolonialisierung durch die Franzosen setzte der Vorherrschaft der Fulbe in diesem Gebiet ein Ende.

2. Methoden

Wie gelangte ich zu meiner Auswahl hier beschriebener Medizinalpflanzen? Da die Biodiversität im tropischen Westafrika sehr hoch ist, gibt es unzählige traditionell verwendete Heilpflanzen. Ich bekam vom ‚Ingenieur des eaux et forêts‘ der Präfektur von Labé in Guinea eine Liste mit den botanischen Namen und den entsprechenden Bezeichnungen auf Pular von Beispielen medizinisch genutzter Bäumen aus der Region. Daraufhin befragte ich meine im Futa Djallon lebende Schwiegermutter, die selber heilkundig ist, über ihre Kenntnisse von Nutzen und Anwendung der Pflanzen. Zu den in den Interviews erhaltenen Informationen habe ich anschliessend im Internet weiter recherchiert, vor allem auf den Foren PubMed, Metafro und Wikipedia. Die Literatur in Buchform besorgte ich mir durch die Stadtbibliothek Biel. So führten meine Recherchen von Pobéguin, einem Administrationschef der

französischen Kolonialherrschaft, der seine Beobachtungen festgehalten hat, bis hin zu den hochspezifischen Artikeln auf PubMed.

3. Ernährung

Wie auch Erika Diallo in ihrem Artikel 'Ernährungsalltag der Fulbe im Senegal'[3] schon festgehalten hat, entspricht das Ernährungsverhalten der Fulbe auch ohne Anweisungen von Ernährungswissenschaftlern und ohne Hinterfragung der einzelnen Lebensmittel vielfach den Empfehlungen der westlichen Fachleute. Zum Beispiel bekommen die Kinder nichts Süßes zum Naschen, weshalb es auch keine übergewichtigen Kinder gibt und Karies kaum ein Thema ist. Wenn es ab und zu mal Fleisch gibt, dann in geringen Mengen und eher gekochtes als gebratenes. Man isst, was die prozentuale Aufteilung der Nährstoffe betrifft, gesünder als in industrialisierten Ländern.

Ernährungsbasis bilden einige **Grundnahrungsmittel** wie Reis, Hirse, Mais, Maniok, Batate oder Kochbananen. Weissbrot, von den Kolonialherren in Form von französischen Baguettes eingeführt, wird eigentlich nur zum Frühstück konsumiert. Zu den Grundnahrungsmitteln gibt es meistens eine **Sauce**, oft mit frischen oder gedörrten Blättern von Maniok, Süsskartoffeln oder Baobab, und einer Vielfalt von **Gemüsen**. Angefangen von Tomaten, Zwiebeln, Auberginen bis zu Lauch, Karotten und Kohl gibt es eigentlich alles. Immer gehören 'piments', also scharfe Chili dazu. Auch **Fisch** ist eine häufige Beilage. Oft werden **Erdnüsse** in Form von Paste in die Sauce gegeben. Als **Öl** wird Erdnussöl oder Palmöl verwendet. An frischem **Obst** gibt es das ganze Jahr Bananen und Orangen, die an jeder Strassenecke gekauft werden können. Dazu kommen je nach Saison Avocado, Mango, Papaya, Ananas und viele weitere Arten. **Nüsse** wie Cashew und andere ergänzen das Nahrungsangebot.

Meistens kauft man am gleichen Tag auf dem lokalen Markt die Zutaten für die Mahlzeiten. Alles ist frisch, ohne Zusatz- und Konservierungsstoffe, ohne Insektizid- und Pestizidbelastung – für uns Westeuropäer ein mittlerweile praktisch unerreichbarer Luxus.

Beim Kochen und Essen kennt man keine Hektik und Stress. Gegessen wird gemeinsam, man schenkt dem Essen Aufmerksamkeit, und gesprochen wird nicht viel. Jederzeit wird alles geteilt, alle Anwesenden werden zum Essen eingeladen. Vorher und nachher wäscht man sich die Hände, da meistens von Hand aus einer grossen, gemeinsamen Schüssel gegessen wird, wobei das nicht ein wildes Durcheinander ist, sondern jeder sich nur aus dem unmittelbar vor ihm befindlichen Teil bedient, ohne den Teil des Nächsten zu berühren. Getrunken wird **Wasser**, das nachher gereicht wird.

Tee trinken gehört zum alltäglichen Leben und ist trotzdem ein besonderes Erlebnis. In einem kleinen Teekessel wird das Teekraut (heutzutage chinesischer Grüntee) mit viel Zucker aufgekocht und bearbeitet, indem man ihn unzählige Male in kleine Gläser und wieder zurück giesst. Ist der erste, stärkste Aufguss fertig, so giesst man ihn aus grosser Höhe in die Gläser, sodass viel Schaum entsteht, und serviert ihn. Nun wird dem zurückbehaltenen Kraut wieder Wasser und zusätzlich Pfefferminzblätter beigelegt, und alles beginnt von vorn. Beim dritten Aufguss kommt noch Rahm / Kondensmilch dazu - dieser 'chaud blanc' kommt mir immer wie ein kleines Dessert vor. Das Teetrinken kann zwei bis drei Stunden in Anspruch nehmen. Man verweilt im Schatten der Bäume, es werden Geschichten und Neuigkeiten ausgetauscht, und so unterhält man sich in einer Atmosphäre von Zusammengehörigkeit und Wohlfühl.

Einige Beispiele aus dem Ernährungsalltag

3.1. Gattung, Art : *Dioscorea villosa* L.

Familie : Dioscoreaceae

geläufige Namen : Yamswurzel (d), Igname (f)

Name auf Pular : kappe

Die Kletterpflanze bildet Wurzelknollen, die circa 25% Stärke und viermal mehr Protein als Maniok enthalten sowie reich an Vitamin C, Vitamin A und Kalium sind [4].

Verschiedene Varietäten enthalten unter anderem auch Diosgenin, ein Steroid, das von der Pharmaindustrie als Ausgangsprodukt für die Herstellung von Hormonen verwendet wird [5]. Die Knollen werden gekocht, gebraten oder zu einem Brei zerstoßen.

3.2. Gattung, Art : *Ipomoea batatas* L.

Familie : Convolvulaceae

geläufige Namen : Süsskartoffel (d), Batate (f)

Name auf Pular : pute

Diese Kletterpflanze bildet ebenfalls Wurzelknollen, die circa 30% Stärke und 10% Zucker enthalten. Es gibt viele verschieden gefärbte Varietäten, die, je röter sie sind, umso mehr Vitamin A besitzen [4].

Die Süsskartoffeln werden gekocht, gebacken oder frittiert. Auch die Blätter werden ähnlich wie junger Spinat frisch gegessen oder aber getrocknet und zerstoßen einer Sauce beigelegt.

3.3. Gattung, Art : *Digitaria exilis* (Kipp.) Stapf.

Familie : Poaceae

geläufiger Name : Foniohirse (d)

Name auf Pular : fonio

Es handelt sich um eine der ältesten afrikanischen Getreidearten und gilt als wertvolles Grundnahrungsmittel. Fonio ist sehr nahr- und schmackhaft, enthält gut verträgliche Proteine und ist reich an den für den Menschen essentiellen Aminosäuren Methionin und Cystin [1].

Guinée ist Hauptproduktionsland von Fonio, von dorthier stammt wahrscheinlich auch diese Hirseart. Die kleinen Körner sind vielfach auch vorgekocht und wieder getrocknet, ähnlich wie Couscous, erhältlich und müssen so nur noch circa 20 Minuten gekocht werden.

3.4. Gattung, Art : *Elaeis guineensis* Jacq.

Familie : Arecaceae

geläufiger Name : Ölpalme (d)

Name auf Pular : tugi

Man gewinnt das Öl aus dem Fruchtfleisch. Der hohe Carotinoidgehalt ist auch an der orangroten Färbung erkennbar. Das Öl enthält viel einfach ungesättigte Fettsäuren und ist deshalb gut geeignet zum Erhitzen. Ebenso weist es eine hohe Konzentration an den Vitaminen E und A auf [1].

In Guinée heisst es, dass Palmöl – im Gegensatz zu Erdnussöl – starke Knochen gibt.

3.5. Gattung, Art : *Capsicum annuum* L.

Familie : Solanaceae

geläufige Namen : Chili (d), piment (f)

Name auf Pular : njamaku

Die Chili ist botanisch gesehen eine Beere, die viel Vitamin C und P, Carotinoide, Kalium, Magnesium und Calcium enthält. Die Schärfe hängt vom Gehalt an Capsaicin ab. In kleinen Mengen eingenommen gelten Chilis als gut für die Verdauung, antiseptisch und gesund für das Immunsystem. Im Weiteren bekämpft das Capsaicin das Magenbakterium *Helicobacter pylori* und hilft dem Körper bei der Bekämpfung der freien Radikalen [6]. Auch ein Artikel auf PubMed beschreibt die antioxidative und antiradikale Wirkung [7].

In Guinée gehören Chili zu praktisch jeder Mahlzeit. In der traditionellen Medizin der Fulbe gilt eine Suppe mit sehr viel Chili als Mittel gegen Erkältungen.

3.6. Gattung, Art : *Parkia biglobosa* (Jacq.) R.Br.

Familie : Fabaceae

geläufiger Name : Néré (f)

Namen auf Pular : nete

Die gelbe, saccharosereiche Pulpa der Früchte wird in einem Behälter mit Wasser zermanscht und von den Kernen befreit. Das konzentrierte Fruchtsaftgemisch ist sehr nährstoffreich und wohlschmeckend. Die Samen werden weiterbearbeitet und dienen als Nahrungs- und Gewürzmittel. Wenn man die Samen zuerst aufkocht und fermentiert, dann trocknet und zerstösst, ergibt das ein Würzmittel, das man auf Pular 'odji' nennt und das als westafrikanisches 'Maggi' gehandelt wird. Wenn die Samen getrocknet, geröstet und zerstoßen werden, gelten sie traditionell als gut gegen Bluthochdruck. Ein Artikel in PubMed bestätigt den hypoglykämischen Effekt sowie eine antidiabetische und anti-hyperlipidämische Wirkung [8].

3.7. Gattung, Art : *Mangifera indica* L.

Familie : Anacardiaceae

geläufige Namen : Mango (d), mangue (f)

Name auf Pular : mango

Die Früchte sind gut verdaulich, darmberuhigend, enthalten viel Vitamin C und A sowie Folsäure [1]. Eine Studie über die antibakterielle Wirkung der verschiedenen Mango-Varietäten in Guinée zeigte auf, dass Mango-Destillat gegen enteropathogene Keime wie *Staphylococcus aureus* und *Escherichia coli* wirkt und deshalb bei bakterienbedingten gastro-intestinalen Beschwerden und Diarrhöe eingesetzt werden kann [9].

3.8. Gattung, Art : *Hibiscus sabdariffa* L.

Familie : Malvaceae

geläufige Namen : Karkade (d), oseille de Guinée, bissap (f)

Name auf Pular : folere

Es wird aus Blüten und Blättern Tee gemacht. Die Blätter können auch als Gemüse zubereitet werden. Man schreibt der Pflanze eine vielfältige Wirkung zu. So sollen die Blätter unter anderem beruhigend, erfrischend und harntreibend sein [10] oder auch gegen Müdigkeit, Vitaminmangel und zur Milchförderung helfen [11].

Die getrockneten Blüten mit den Kelchen werden zu erfrischenden Getränken, Sirup oder Konfitüren verarbeitet. Pobéguin [12] erwähnt vier verschiedene Varietäten, von denen Blätter und Blüten in Saucen gekocht werden.

3.9. Gattung, Art : *Detarium senegalense* J.F. Gmel.

Familie : Fabaceae

Name auf Pular : boto

Dieser hohe Baum bildet Früchte von säuerlichem Geschmack, die frisch gegessen werden können. Häufiger wird aus dem knallgrünen Fruchtfleisch ein erfrischender Saft produziert. Auch Pobéguin [12] erwähnt die essbaren Früchte mit ihrem grünen Fruchtfleisch. Sie enthalten – neben B-Vitaminen, Calcium, Eisen und Phosphor – 1290 mg Vitamin C pro 100g und zählen zu den Vitamin-C- reichsten Früchten überhaupt [1].

4. Medizinalpflanzen

Die kulturell bedingte verschiedenartige Auffassung von Kranksein und Gesundheit ist nicht immer ganz einfach einzuschätzen. Auch Beschreibungen von Krankheitssymptomen unterscheiden sich häufig von unserem westlichen, wissenschaftlich geprägten Verständnis. So traf ich zum Beispiel auf die Indikation 'contre le mal au corps', also gegen die Schmerzen im Körper. Meiner Schwiegermutter, meinem Mann, meinen Schwägerinnen – allen war klar, worum es sich handelt, und wie sich das anfühlt, aber ich war und bin ziemlich ratlos. Auch 'c'est bien pour le ventre' war so ein Ausdruck, wobei sich dann durch Nachfragen herauskristallisierte, dass auch traditionell sehr spezifisch – nach bis ins kleinste Detail unterschiedenen Magen–Darmbeschwerden – behandelt wird.

Einige Beispiele von Medizinalpflanzen

4.1. Gattung, Art : *Afzelia africana* S.M.

Familie : Fabaceae

geläufiger Name : Doussie

Name auf Pular : lenge

Als traditionelle Verwendung wurde mir ein Dekokt von Rinde und Blättern genannt, das als schmerzstillend gilt. Man nimmt es innerlich als Tee und gebraucht es äusserlich zu Waschungen. Auf der Internetseite von Metafro wird – als in Guinée gebräuchlich - ein Rindendekokt als antiseptisch und gegen Infektionen wirkend beschrieben. Eine Wirkung gegen Diabetes schreibt man ebenfalls den Wurzeln und der Rinde zu [13]. Ein Artikel auf PubMed bestätigt die Lipämiereduktion bei Diabetes mellitus, nachdem man

der Diät von Patienten lösliche Fasern von *Azelia africana* zugesetzt hatte [14]. Ich nehme an, dass damit der essbare Samenmantel der Früchte gemeint ist. Pobéguin erwähnt in seinem Werk bloss, dass die Asche der verbrannten Samenschoten zur Seifenherstellung dienten [12].

4.2. Gattung, Art : *Albizia zygia* Durazz.

Familie : Fabaceae

geläufiger Name : Schirmakazie

Name auf Pular : maro näi

Die Blätter kann man frisch oder getrocknet als Sauce kochen. Man braucht sie zur Stärkung und sagt, sie enthalten Eisen und Vitamine. Auch von *Albizia zygia* wurde die antibakterielle Aktivität getestet und eine antiseptische Wirkung der Rindendekoktion gefunden [15], ebenso eine Wirkung gegen Würmer [16].

4.3 Gattung, Art : *Bombax costatum* L.

Familie : Malvaceae

geläufige Namen : Kapokier

Name auf Pular : luku

Traditionell wird ein Dekokt aus Rinde und Blättern gegen häufige, starke Kopfschmerzen eingesetzt, man wäscht damit den Kopf. Da das Mittel sehr aggressiv ist, sollte man dabei Augen, Ohren und das Gesicht gut schützen, indem man es vorher mit Karité - Butter einreibt. Nach der Beschreibung, die man mir gegeben hat, soll daraufhin sowas wie Eiter zur Kopfhaut rauskommen, und danach fühle man sich befreit. Eine antiseptische Wirkung der Wurzelrinden, (Dekokt) bei Infektionen wird auf Metafro festgestellt [16]. Auch auf einer anderen Seite wird die Anwendung der Rinde bei Hautkrankheiten und Kopfschmerzen erwähnt [17]. Zur Zeit Pobéguins stellte man fest, dass die zerstoßene Rinde medizinisch gebraucht wird, damit die Frauen nach der Geburt genug Milch haben [12]. In einer neueren Studie wurde untersucht, ob die Pflanze einen toxischen Effekt hat und dabei festgestellt, dass das nicht der Fall ist. Im Gegenteil könnte die Pflanze sogar als Eisenquelle bei einem zu tiefen Hämoglobinwert interessant sein [18].

4.4. Gattung, Art : *Cassia siamea* Lam.

Familie : Fabaceae

geläufiger Name : Cassia

Name auf Pular : kassia

Ein Dekokt aus Rinde und Blätter wird traditionell gegen Malaria gebraucht. Man kann sie bloss in kleinen Mengen trinken, sie ist sehr bitter und sehr wirksam. Ein Artikel auf PubMed beschreibt, dass man in den Blättern Cassiarin A und B, antiplasmodiale Alkaloide, gefunden hat [19]. In einer anderen Studie wurde Rindenextrakt untersucht und auch dabei antiplasmodiale Eigenschaften festgestellt [20].

4.5. Gattung, Art : *Harungana madagascariensis* Lam.

Familie : Hypericaceae

geläufiger Name : Harungana

Name auf Pular : sungala

Als traditionelle Zubereitung von Harungana werden die Samen geröstet und zerstoßen.

Davon fabriziert man einen Jus, der gefiltert und als kaltes Getränk getrunken wird.

Die Rinde wird vor allem in der Frauenmedizin gebraucht. Es heisst, sie reinige den Bauch und helfe generell gegen Schmerzen im Körper.

Pobéguin erwähnt bloss, dass die getrockneten Samen zum Kochen verwendet werden [12]. Man hat in neuerer Zeit aufgrund der schon lange bekannten antibakteriellen, antifungalen und antiviralen Wirkung die gesamte Pflanze genauer unter die Lupe genommen und dabei das Stammrindenextrakt als signifikant gegen *Trichomonas* und *Plasmodium* wirkend [21], das Wurzelrindenextrakt ebenfalls als aktiv gegen *Plasmodium* [22], und ein Extrakt aus den Blättern als signifikant antibakteriell- vor allem in der Mundhygiene – wirkend [23] befunden.

4.6. Gattung, Art : *Khaya senegalensis* A.Juss.

Familie : Meliaceae

geläufige Namen : afrikanisches Mahagoni, Acajou

Name auf Pular : kahi

In der traditionellen Medizin wird aus langen, dünnen Faserstücken der Rinde und des Holzes eine Mazeration gemacht, die man gegen Bauchweh trinkt. Pobéguin erwähnt den medizinischen Gebrauch der Rinde, die bitter und adstringierend sei [12]. In einer Studie wurde im Hinblick auf die Bekämpfung von Darmkrebs das Rindenextrakt genauer untersucht und dabei chemopräventive Effekte bestätigt [24]. Eine andere Studie beschäftigt sich mit den Früchten von *Khaya*, dabei wurden diverse Limonoide mit ihren vielfältigen Wirkungen, wie zum Beispiel einer antifungalen, entdeckt [25].

4.7. Gattung, Art : *Parinari excelsa* G.Don.

Familie : Rosaceae

geläufige Namen : Kouratier, prunier de Guinée

Name auf Pular : kura

Die Früchte sind essbar und sehr nahrhaft, das Fruchtfleisch überaus wohlschmeckend, und auch das Innere der relativ grossen Kerne kann in einer Sauce zubereitet werden.

Ein Dekokt der Rinde gibt man traditionell den Frauen nach der Geburt zu trinken, da sie antiseptisch gegen Infektionen wirkt. Auf PubMed gibt es einen Artikel, in dem ein oral eingenommener, wässriger Auszug der Rinde einen signifikanten antidiabetischen Effekt bewiesen hat [26].

4.8. Gattung, Art : *Pterocarpus erinaceus* Jacq.

Familie : Fabaceae

geläufige Namen : afrikanisches Sandelholz, Véne

Name auf Pular : bani

Traditionell wird dem Rindendekokt antiseptische und wundheilende Eigenschaften zugeschrieben. Dasselbe bestätigt ein Artikel auf 'metafro' [16]. Bei der wissenschaftlichen Suche nach neuen Antimalariamitteln zeigte das Screening von *Pterocarpus erinaceus* eine gewisse Aktivität gegen Plasmodium [27].

4.9. Gattung, Art : *Vitellaria paradoxa* (Gaertn.F.) Hepper

Familie : Sapotaceae

geläufige Namen : Sheanuss, Karité

Name auf Pular : lede kare

Die Kariténüsse sind botanisch gesehen Beeren und enthalten ungefähr 50 %

Fett, die sogenannte Karité- oder Sheabutter. Diese wird sowohl als Speisefett - das in reinem Zustand auch in tropischer Umgebung jahrelang haltbar ist ohne ranzig zu

werden – wie auch zur Hautpflege verwendet. Bereits vermarkten Unternehmen wie

„L'Oréal“ und „The Body Shop“ Produkte mit Karitébutter. Traditionell ist der

kosmetische Nutzen für Haut und Haar schon lange bekannt. Ebenso beschleunigt sie die

Wundheilung und beruhigt Hautirritationen. Wenn man krank ist, reibt man zur Linderung damit den Körper ein, sie hilft auch bei Verstauchungen und gegen Rheumatismus.

Ein weiteres Beispiel für den vielfältigen Nutzen ist die Applikation gegen verstopfte

Nasen bei Schnupfen. Im Buch von Pobéguin wird Karité auch aufgeführt, es wird

allerdings nur erwähnt, dass die ölhaltigen Kerne hoch geschätzt werden ohne genauere Angaben zur Nutzung [12].

4. Schlusswort

Selbstverständlich ist das nur eine begrenzte Auswahl aus meiner Liste, und es gibt vermutlich jeweils noch weitere Verwendungsmöglichkeiten. Es ist klar festzustellen, dass es viele Übereinstimmungen von traditionellen Anwendungen und den entsprechenden wissenschaftlichen Forschungsergebnissen gibt.

Auffallend ist, wie wenig differenziert die Betrachtungen von Pobéguin sind. Das Werk aus der Kolonialzeit spiegelt natürlich den damaligen Stand der Wissenschaft wider. Viele botanische Namen waren noch nicht bestimmt, die Beobachtungen waren eher darauf ausgerichtet, was zum Export gebraucht werden könnte (z.B. welche Pflanze welche Qualität von Latex hat), und was man die Eingeborenen noch alles lehren könnte.

Kann die westliche Welt von den Erfahrungen jahrhundertalter lokaler Traditionen profitieren? Die Frage ist eindeutig mit ja zu beantworten, vor allem seit man diese einseitige, überhebliche Kolonialhaltung abgelegt hat und sich mit offenen Augen und Ohren daran macht, bereits bekannte und bewährte Qualitäten von Medizinalpflanzen zu überprüfen und gegebenenfalls weiterzuerforschen. Da, wo sich dabei weitere Anwendungsmöglichkeiten herauskristallisieren, kann wiederum die einheimische Bevölkerung davon profitieren.

Genau in diesem Zusammenspiel sehe ich den Sinn und Zweck der Ethnobotanik und -medizin. Zu hoffen ist, dass die einheimische Bevölkerung sich des Wertes ihrer Kenntnisse bewusst ist und diese erhalten will und nicht nur der westlichen Medizin einen Stellenwert zuspricht, wie das leider die Tendenz ist. Auf alle Fälle darf man auch zukünftig auf neue Forschungsergebnisse gespannt sein.

5. Danksagung

Mein herzlichster Dank geht an Madame Mariama Dioulde Diallo, ebenso bedanken möchte ich mich bei Monsieur Kerfala Keïta, Chef de la Section Prefectorale des Eaux et Forêts.

6. Quellenangaben

- [1] <http://de.wikipedia.org/wiki> (17.04.2008, 24.04.2008)
- [2] <http://www.jamtan.com/jamtan/fulani> (11.05.2008)
- [3] **Diallo, Erika** (1997), Von anderen Kulturen(essen)lernen, Hampp Verlag/NaturaMed
- [4] **Garnier, Lisa** (2004), Petit Atlas des Plantes cultivées, Petit Encyclopédie Larousse
- [5] http://www.giftpflanzen.com/dioscorea_villosa.html (01.07.2008)

- [6] *Sonntagszeitung vom 31.08.2008*, Seite 84
- [7] Materska, M., Perucka, I.: 'Antioxidant activity of hot pepper fruit', In: *Agric Food Chem* 09.03.2005, URL: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15740069> (23.10.2008)
- [8] Odetola, AA et al.: 'Possible antidiabetic effect of fermented *Parkia biglobosa*', In: *Clin Exp Pharmacol Sept. 2006*, URL: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16922811> (10.05.2008)
- [9] Keïta, Y. et al.: 'Etude chimique des distillats de mangue de Guinée', In: *Revue Elsevier, Paris 2002*, URL: <http://cat.inist.fr> (06.06.2008)
- [10] <http://www.worldagroforestry.org/sea/Products/AFDbases> (30.09.2008)
- [11] <http://www.idealist.org/fr/materials> (06.06.2008)
- [12] **Pobéguin, H.** (1906), *Essai sur la Flore de la Guinée Française*, Editeur A.Challamel, Paris
- [13] Baldé, NM. et al.: 'Herbal medicine and treatment of diabetes in Africa', In: *Diabetes Metab* 32 2006, URL: <http://www.metafro.be/prelude> (15.10.2008)
- [14] Nwosu, MC. et al.: 'The hypolipidemic effects of *Azizelia africana*', In: *West Afr J Med Apr-Jun 2006*, URL: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16918180> (15.10.2008)
- [15] Keïta, S.M. et al.: 'Etude ethnopharmacologique de quelques plantes médicinales', In: *Rev Méd Pharm Afr Vol.13 (1999)*, URL: <http://www.metafro.be/prelude> (08.05.2008)
- [16] Magassouba, F. et al.: 'Ethnobotanical survey and antibacterial activity of some plants' In: *Journal of Ethnopharmacology Vol.114 (2007)*, URL: <http://www.metafro.be/prelude> (08.05.2008)
- [17] <http://www.worldagroforestry.org/sea/Products/AFDbases> (17.10.2008)
- [18] Maiga, A. et al.: 'Determination of some toxic and essential metal ions', In: *Agric Food Chem*, Mar 2005, URL: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/sites> (17.10.2008)
- [19] Morita, H. et al.: 'Cassiarin A and B, novel antiplasmodial alkaloids from *Cassia siamea*' In: *Org Lett, Aug 2007*, URL: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17685627> (19.10.2008)
- [20] Ajaiyeoba, EO. et al.: 'Antiplasmodial compounds from *Cassia siamea*', In: *Phytother Res, Feb 2008*, URL: <http://ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17705142> (10.05.2008)
- [21] Iwalewa, E. et al.: 'Anti-protozoan activities of *Harungana madagascariensis*', In: *Ethnopharmacol, May 2008*, URL: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18372133> (18.10.2008)
- [22] Ndjakou Lenta, B. et al.: 'Anti-plasmodial activity of *Harungana madagascariensis*', In: *Chem Pharm Bull, Mar 2007*, URL: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17329893>

- (18.10.2008)
- [23] Moulari, B. et al.: 'Potentiation of the bactericidal activity of *Harungana mad.*', In: *Acta Odontol Scand*, Jun 2006, URL: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16809192>
(18.10.2008)
- [24] Androulakis, XM. et al: 'Chemopreventive effects of *Khaya senegalensis*', In: *Anticancer Res*, May-Jun 2006, URL: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16821623>
(19.10.2008)
- [25] Abdelgaleil, SA. et al: 'Antifungal limonoids from the fruits of *Khaya senegalensis*', In: *Fitoterapia*, Sep 2004, URL: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15351110>
(19.10.2008)
- [26] Ndiaye, M. et al.: 'Antidiabetic properties of *Parinari excelsa*', In: *Fitoterapia*, Jun 2008
URL: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/sites> (21.10.2008)
- [27] Karou, D. et al.: 'Antimalarial activity of *Pterocarpus erinaceus*', In: *Ethnopharmacol*, Dec 2003, URL: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/14611894> (10.05.2008)