

Wildpflanzen

von Marie-Luise Stettler

Pfennigkraut (*Lysimachia nummularia*)

Vor Jahren entdeckte ich das Pfennigkraut in meinem Garten und damals wusste ich noch nicht, um welche Pflanze es sich handelt. Was lag also näher, als diese Pflanze mit einem Portrait zu beschreiben? Dies ist oft der Weg zu einer mir fremden Pflanze. Ich suche dann Informationen in diversen Quellen. Manchmal setze ich mich auch zu der Pflanze und lasse mir von ihr erzählen, was sie alles kann. Da kommen dann ab und zu auch Tiere vorbei und beteiligen sich an dem „Gespräch“.

Das Pfennigkraut gehört zu der Unterfamilie der Myrsinengewächse innerhalb der Familie der Primelgewächse. Zu dieser Unterfamilie zählt auch das Alpenveilchen, der Gauchheil und der Gilbweiderich. Der deutsche Name leitet sich von den runden Blättern ab, die aussehen wie eine Münze. Genauso ist in der botanischen Bezeichnung dieses Wort zu finden, und zwar im Epitheton *nummularia*. Der Gattungsname *Lysimachia* soll auf den griechischen Feldherrn Lysimachos zurückgehen, der laut Plinius die Pflanze entdeckt haben und seinen Militärärzten zur Bekämpfung des Wundfiebers und zur schnellen Heilung von Wunden vorgeschrieben haben soll. Eine andere Auslegung lautet, dass es sich aus dem griechischen *lysimacha* herleitet, das übersetzt krampflösend, streitschlichtend bedeutet. Zum Pfennigkraut existieren zahlreiche weitere Bezeichnungen wie Münzkraut, Pfennig-Gilbweiderich, Egelkraut, Brautkraut, Tausendkrankheitskraut, Goldkraut, Hellerkraut, Schlangenkraut, Goldpfennigkraut,

Fuchsenkraut, Immerheil, Brautkranz, Natterchrut, Wischengold, Grasingilge. Diese Vielzahl von volkstümlichen Namen ist ein Hinweis darauf, dass die Pflanze eine lange Tradition in der Volksheilkunde hat. Die Engländer sagen *moneywort* oder auch *creeping Charly* zu der Pflanze und bei den Franzosen heißt sie *herbe aux écus*.

Die Pflanze ist heute fast weltweit verbreitet. Ursprünglich war sie in Europa und in der Region um den Kaukasus beheimatet, hat sich jedoch über diese Gebiete hinaus angesiedelt, weil sie auch als Zierpflanze angeboten wird.





Es handelt sich um eine immergrüne kriechende Pflanze, die dichte Teppiche auf dem Boden bildet. Sie wird bis zu 10 cm hoch, bildet aber Ausläufer von einer Länge bis zu 50 cm. An den Ausläufern bilden sich Blattknoten, die in Bodennähe Wurzeln ausbilden und sich die Pflanze so ausbreiten kann. Die vegetative Fortpflanzung ist beim Pfennigkraut bevorzugt.

Die Blätter sind rund bis elliptisch, mittel- bis dunkelgrün, ganzrandig, haben eine „ledrige“ Konsistenz und sitzen an einem kurzen Stiel. Die leuchtend gelben Blüten sind fünfzählig und entspringen mit einem kurzen Stiel – manchmal auch zu zweien – direkt aus den Blattachseln. Sie haben einen Durchmesser von bis zu 30 mm.

Die einzelnen Blütenblätter laufen nach vorne spitz zu. Sie besitzen eine doppelte Blütenhülle. Die Blüte-



zeit ist zwischen Mai und Juli. Es bilden sich kaum Samen aus, da die Blüten meist steril sind. Ganz selten bilden sich Samenkapseln aus.

Das Pfennigkraut ist winterhart, man kann die Blätter auch im Winter ernten. Es kommt bis in Höhen von 1.200 m vor.

Die Pflanze war schon im Mittelalter bekannt, darauf deutet auch der Name *Tausendkrankheitskraut* hin. So wurde sie bereits von Hildegard von Bingen gegen Geschwüre und Husten eingesetzt. Sie wurde häufig in Bauerngärten kultiviert. Heute findet die Pflanze fast nur noch in Osteuropa Anwendung. Sie wird gegen Rheuma und Durchfall angewandt.

Eine Abkochung äußerlich auf Wunden, Geschwüre oder Ekzeme aufgebracht – in Form von einem Umschlag oder einer Kompresse – führt zur Abheilung und minimiert die Narbenbildung. Sogar, wenn man die Blätter zerreibt und auf die betroffenen Hautstellen auflegt, sind sie hilfreich gegen Wunden und Geschwüre.

Es besteht eine Wirksamkeit gegen Gicht und Rheumatismus. Dafür kann man in einer Abkochung aus Pfennigkraut baden und die betroffenen Stellen einreiben.

Auch innerlich kann der Tee angewandt werden, gegen Husten, Magen-Darm-Probleme, Durchfall und Harnwegsprobleme.

Als Auflage auf müde und entzündete Augen wirkt das Pfennigkraut lindernd.

Als Spülung hilft der Tee bei Zahnfleischproblemen und gegen Mundgeruch.

Pfarrer Künzle schreibt: „Das Pfennigkraut ist ein gutes Lungenheilmittel, denn es reinigt, in Teeform genommen, die Luft- und Lungenwege von zähem, verhocktem Schleim.“

Die Wirkung ist zusammenziehend, blutreinigend, antibakteriell, entzündungshemmend, schmerzlin- dernd, beruhigend und harntreibend.

Pfennigkraut enthält Schleimstoffe, Gerbstoffe, Kieselsäure, Flavonoide, Saponine, Kalium,

Die Pflanze eignet sich auch als Aquariumpflanze für Kaltwasseraquarien und sie gedeiht zudem besonders gut an Teichrändern. Sie ist ein Starkzehrer und verhindert übermäßige Algenbildung in Aquarien und Gewässern in der freien Natur.

In der Küche kann man die Blätter als Zugabe zum Salat verwenden oder die Blüten als essbare Dekoration der Speisen einsetzen.

Für die Astrologen:

Die Pfennigkraut ist dem **Jupiter** zugeordnet aufgrund der gelben Blüten und der zähen Blätter und dem **Merkur** wegen des bevorzugten Standortes am oder im Wasser und der Neigung zum Wuchern.

Marie-Luise Stettler
<http://lebensharmonie.ch>