

Wildkräuter & Wildpflanzen

Mädesüß

(*Filipendula ulmaria*)

Wiesenkönigin, wie die Pflanze auch noch genannt wird, ist wahrlich eine Königin. Sie ist zu finden an feuchten Bachrändern und Feuchtwiesen. In der Blütezeit verbreitet sich ein Duft von – ich will mal sagen – Mädesüß. Sie riecht so in etwa wie ein bekanntes Kopfschmerzpulver schmeckt, vermischt mit einem Hauch Vanillin. Dies kommt daher, dass die Pflanze Salizylsäure enthält und damit eine schmerzlindernde und fiebersenkende Wirkung hat, wie eben dieses bekannte Kopfschmerzmittel, das diesem Wirkstoff nachempfunden wurde. Der deutliche Vorteil des pflanzlichen Wirkstoffes ist, dass er keine „schädlichen“ Nebenwirkungen hat, wie sein synthetischer Vetter.



Mädesüß ist ein Rosengewächs, auch wenn es nicht so den Anschein macht.

Die kleinen weißen Blütchen stehen in Stauden an einem zirka 1m hohen Stängel. Etwa im oberen Drittel verzweigen sich die Stängel. Dort stehen die gefiederten Blätter, deren Blattadern deutlich sichtbar sind. Die Unterseiten der Blätter sind silbrig behaart. Außergewöhnlich ist die Farbe der Stängel, die im oberen Teil der Pflanze rötlich überlaufen sind. Die einzelnen Blütchen sind cremefarben und haben 5 Kron- und 5 Kelchblätter und unzählige Staubgefäße.

Die Früchte sind kleine Kügelchen, die spiralgerechte Muster auf der Oberfläche haben und aussehen wie Spritzgebäck in Miniaturform.

Ich erinnere mich an ein Erlebnis mit der Wiesenkönigin, das für mich mehr als beeindruckend war. Wir waren mit dem Zug nach Salzburg gefahren und ich hatte sehr starke Kopfschmerzen. Am Abend nach unserer Ankunft in Salzburg machten wir noch einen Spaziergang über ein Moor. Rechts neben dem Weg sah ich Mädesüß blühen und ich pflückte eine Blütenstauden und steckte sie in den Mund. Der Geschmack war sehr bitter, so dass ich die Blüte sofort wieder ausspuckte. Ich rechnete damit, dass ich nun eben doch meine Kopfschmerzen ertragen müsse. Wie überrascht war ich aber, als etwa 10 Minuten später die Kopfschmerzen weg waren. Dies überzeugte mich wieder einmal von der Heilkraft unserer Pflanzen.



Die botanische Bezeichnung leitet sich von *filum* = Faden und *pendulus* = hängend ab. *Ulmaria* weist auf die Blätter hin, die den Blättern der Ulme ähneln. Die Herkunft des deutschen Namens ist nicht sicher geklärt. Da der Met mit der Pflanze haltbar gemacht wurde, könnte der Name sich vom Met ableiten, andererseits gibt das Kraut dem Heu einen unverwechselbaren Duft, so dass sich Mädesüß auch von der Bezeichnung Mahd ableiten könnte. Eine weitere Theorie besagt, dass das englische Wort *meadow* in Mädesüß steckt.

Die Inhaltsstoffe der Wiesenkönigin sind, wie schon erwähnt Salizylsäure, aber auch andere Gerbsäuren, Bitterstoffe, Flavonoide, ätherische Öle und Schleimstoffe. In ihrer Wir-

kungsweise wird sie hauptsächlich gegen Durchfall eingesetzt und ist das Mittel gegen Magen- und Zwölffingerdarmgeschwüre. Die Pflanze vermindert die Produktion der Magensäure. Eine antirheumatische Wirkung ist auf die enthaltene Salizylsäure zurückzuführen, die auch schmerzlindernde und fiebersenkende Eigenschaften hat.

Der Vorteil gegenüber handelsüblichen Produkten ist, dass die Magenschleimhaut nicht angegriffen wird. Die enthaltenen Schleimstoffe beruhigen den Magen. Jedoch sollte darauf geachtet werden, dass man auf Mädesüß verzichtet, wenn man blutverdünnende Mittel nimmt oder Probleme mit der Blutgerinnung hat, da die Pflanzenwirkstoffe die Blutgerinnung hemmen.

Hauptsächlich findet ein Aufguss der Blüten Anwendung, sowohl innerlich gegen Grippe, Nierenleiden, bei Rheuma und zur Fiebersenkung und Schmerzlinderung als auch äußerlich bei Hautproblemen.

Mädesüß wächst entlang von Fluss- und Bachläufen und in Feuchtgebieten. Wenn die Pflanze mal Fuss gefasst hat, dann verbreitet sie sich weiter und ihre weißen Blütendolden schmücken im Sommer die Ufer. Die warme Luft ist von dem spezifischen Duft geschwängert. Die Blütenstände wiegen sich sanft im Wind und bieten Labsal für allerlei Insekten.

Mit der Wasserminze, der Mistel und dem Eisenkraut gehörte die Spierstaude zu den heiligen Pflanzen der Druiden bei den Kelten. Sie wurde zur Sommersonnenwende gesammelt und ins Gebälk von Stäl-



len und Häusern gehängt, um das Böse abzuwehren. Die Druiden streuten das Kraut zum Vertreiben übler Gerüche auf den Fussboden von Schlaf- und Wohnräumen. Sie war Ritualpflanze zum Fördern von Intuition und Träumen. Die Blüten wurden früher auch vor dem Brautpaar gestreut und in Brautkränze geflochten. Sie

erleichterten den Beginn von Liebesbeziehungen und verströmten zudem einen angenehmen Duft.

Räucherungen mit Mädesüß erleichtern Neubeginn und Übergänge im Leben, bringen Gefühle zum Fließen, fördern das Traumbewusstsein und wirken aufhellend für die Stimmung.

Wegen seines süßlichen Aromas werden die Blüten Duftpotpourris zugege-

ben. So war die Wiesenkönigin die bevorzugte Duftpflanze der englischen Königin Elisabeth I.

In Russland reiben die Imker ihre Bienenstöcke mit Mädesüß ein. Sie bezwecken damit, dass die Bienen gesund bleiben und mehr Honig produzieren. Wenn man die Blüten in Regenwasser einlegt, erhält man ein Gesichtswasser. Die Wirkstoffe im Kraut fördern die Heilung von Narben. Schon in der Antike wurde eine Salbe aus Mädesüß verwendet, um Schwellungen und

Beulen zu behandeln.

Gesammelt werden das Kraut und die Blüten zu Beginn der Blütezeit der Pflanze zwischen Juli und Oktober. Auch die Wurzel kann verwendet werden. Aus ihr werden meist Kaltauszüge gewonnen, die gegen Darmerkrankungen hilfreich sind und eine gallereinigende Wirkung besitzen. Eine Abkochung der Wurzel wurde früher gegen Epilepsie eingesetzt.



Bereits 1839 wurde von zwei deutschen Chemikern die Salizylsäure aus den Blüten des Mädesüß gewonnen. Bis zur synthetischen Herstellung des Wirkstoffes im Jahr 1899 war die Spierstaude Ausgangsstoff für die Salizylsäure. So bezieht sich die Bezeichnung *Aspirin* auch auf die Pflanze und bedeutet wörtlich: „Aus der Spiarea kommend“. Die frühere botanische Bezeichnung lautete *Spiarea ulmaria*, da sie nach Carl von Linné den Spierkräutern zugeordnet wurde. Genauso wie die Holunderblüten findet Mädesüß Anwendung in der Küche, zum Aromatisieren von Sirup, Gelées und Sorbets. Auch Wein und Bier lässt sich mit dem Aroma der Blüten verfeinern.

Für die Astrologen:

Mädesüß ist mehreren Planeten zugeordnet.

- **Jupiter**, wegen des bitter-würzigen Geschmacks der Blätter und des harten Stängels
- **Mond**, wegen der silbrigen Blattunterseite und des feuchten Standortes
- **Venus**, wegen des süßen Aromas und der weissen Blütenfarbe

Das Wesen der Pflanze ist Offenheit, Beweglichkeit, Luftigkeit, Freiheit.

Signatur:

Der tiefrote Stängel weist auf die Wirkung gegen Entzündungen hin, der feuchte Standort gibt Hinweise zur Wirkung gegen rheumatische Erkrankungen und gegen Erkältungskrankheiten (die beim Menschen durch nasse Füße entstehen).

Die Pflanze in ihrem ganzen Spektrum betrachtet, lässt den Schluss zu, dass es sich tatsächlich um eine Wiesenkönigin handelt, die feingliedrige Blüten besitzt, ihre Blüten sanft im Wind wiegt und die mit ihrem Duft verzaubert.

Marie-Luise Stettler

