

Pflanze der Saison



Sommer

Mutterkraut - *Tanacetum parthenium*

Von weitem betrachtet gleicht das Mutterkraut in seiner Erscheinung der römischen Kamille.



Bei genauem Hinsehen und vor allem beim Riechen der Blätter merkt man jedoch schnell, dass es sich bei der Pflanze um ein Asterngewächs handelt. Die Blätter des Mutterkrautes riechen herb aromatisch. Wenn sie zwischen den Zähnen zerkaut werden, erfüllt eine starke Bitterkeit den Mund. Mutterkraut kann auf eine Jahrtausende umspannende "Karriere" als Heilpflanze zurückblicken. Im Mittelalter wurde die Heilpflanze bei Fieber, Kopfschmerzen und in der Frauenheilkunde angewendet. Ihr Name kommt von der Verwendung bei Schwangerschaftsbeschwerden. Mutterkraut löst die Menstruation aus und fördert die Ablösung der Plazenta.

Schon in der Antike verwendete man das Mutterkraut bei Gebärmutterleiden zur Geburtserleichterung und bei Menstruationsbeschwerden. Karl der Grosse wollte die Pflanze in seinen Gewürz- und Kräutergärten gepflanzt haben und verordnete daher im

8. Jahrhundert die Anpflanzung des Mutterkrautes.

Die Heimat des Mutterkrautes ist ursprünglich das Mittelmeergebiet und auch der Orient. Heute finden wir es verwildert auf nährstoffreichen Lehmböden und in Bauerngärten als Blumenschmuck. Botanisch verwandt ist die weiss blühende Blume mit der Kamille und dem Rainfarn. Sie alle gehören zu der Familie der Asterngewächse.

Mutterkraut wird in der Heilpflanzenkunde bei Migräne und starken Kopfschmerzen angewendet. Prathenii herba, wie das Kraut auf Lateinisch bezeichnet wird, ist im Handel in Form von Heiltees, Kapseln, Tabletten und als Frischpflanzentinktur erhältlich.

Die Wirkstoffkombination des Jungfernkrautes, wie Mutterkraut im Volksmund bezeichnet wird, hat eine entzündungshemmende, schmerzstillende, beruhigende, krampflösende, uterusstimulierende und tonisierende Wirkung auf den Organismus des

Menschen. Mutterkraut enthält unter anderem 0,75% ätherisches Öl mit 44% Kampfer und 23% trans-Chrysanthemylacetat als Hauptbestandteil.

Bei Kopfschmerzen, vorbeugend bei Migräneanfällen, welche hormonell bedingt sind, Verdauungsbeschwerden und fiebrigen Erkrankungen wird die "Frauenminze" eingesetzt. Eine vier monatige Teekur, die tägliche Einnahme weniger frischer Blätter, oder auch die Verabreichung einer Tinktur sollen die quälenden Schmerzen bei Migräne verringern. Sinnvoll soll eine intervallartige Einnahme sein. Das heisst 1 Monat lang Einnahme in Form von frischen Blättern, einen Monat Pause, dies 2-mal wiederholen, danach ½ Jahr Pause.

Auch bei Quetschungen, Schwellungen und Verletzungen kann das Kraut in Form eines Teeaufgusses Linderung verschaffen. Dazu wird ein etwas stärkerer Teeaufguss hergestellt. Ein Tuch wird in den noch lauwarmen Tee eingetaucht und locker auf die betroffene Stelle gelegt. 15-20 Minuten Einwirkzeit und danach die Anwendung noch 2-mal wiederholen.

In England wird die Pflanze als "feverfew" bezeichnet, was soviel wie wenig Fieber bedeutet. Sie galt dort als Aspirin des 18. Jahrhunderts.

Laut medizinischen Studien, welche in England durchgeführt wurden, ist Mutterkraut als wirksames Prophylaktikum bei Migränepatienten erfolgreich getestet worden. So konnten bei Migränepatienten, welche über einen Zeitraum von mindestens 2-4 Monaten täglich Mutterkraut in Frischblattform eingenommen haben, die Häufigkeit der Migräneanfälle vermindert werden. Bei den Probanden wurden auch weitere Symptome, wie Schwindel, Übelkeit und Erbrechen, welche bei Migräneattacken auftreten, positiv beeinflusst und gemildert.

Gewisse Inhaltsstoffe, wie Parthenolid, verhindern die Ausschüttung von Botenstoffen im Gehirn, etwa des Serotonins, welches bei Migräneattacken unkontrolliert freigesetzt wird.



Wichtig zu wissen ist es, dass Mutterkraut als Prophylaktikum eingenommen werden soll. Ist der Migräneanfall erst einmal da, dann hilft Mutterkraut nicht mehr.

Violette Tanner

Quellenangaben:

- ▶ Die Kräuter in meinem Garten Siegrid Hirsch & Felix Grünberger Weltbildverlag
- ▶ Praxislehrbuch der modernen Heilpflanzenkunde Ursel Bühring Sonntag Verlag
- ▶ www.tanacetum.de/mutterkraut-forschung.htm