

Heilpflanzen neu entdeckt // Folge 47 // Frauenmantel

Der Schützende

Etwas Mystisches umgibt den Frauenmantel, das schon die keltischen Druiden in seinen Bann zog: Wenn der Morgentau längst wieder verdunstet ist, sind seine Blätter noch immer mit Wassertropfen benetzt, als gälten die Gesetze der Natur einfach nicht für das kleine Kraut. Die Druiden nutzten die Flüssigkeit zur rituellen Reinigung, später nannten die Christen sie in Ermangelung einer anderen Erklärung Himmelswasser.

Heute wissen wir, dass die Tropfen nicht göttlichen Ursprungs sind, sondern das Schwitzwasser des Frauenmantels selbst – ein seltenes, aber nicht einmaliges Phänomen in der Pflanzenwelt. Dennoch weisen viele noch heute gebräuchliche Bezeichnungen, wie z. B. Taurosenkraut, Himmels-tau oder auch Marientränen, darauf hin, wie viel Erstaunen die Wassertropfen in den unterschiedlichen Regionen immer wieder auslösten. Auch seinen lateinischen Namen *Alchemilla* verdankt das Rosengewächs dem Schwitzwasser: Bei ihrer Suche nach dem Stein der Weisen nutzten Alchemisten die seinerzeit so geheimnisvolle Flüssigkeit. Dem

Frauenmantel wurden im Laufe der Zeit noch weitere verblüffende Fähigkeiten nachgesagt. So sollte eine Waschung mit dem in Regenwasser ausgekochtem Kraut die weibliche Jungfräulichkeit wiederherstellen oder zumindest vortäuschen können. Dieser Glaube leitete sich – neben der tatsächlichen zusammenziehenden Eigenschaft des Krauts – vermutlich von seiner außergewöhnlichen eingeschlechtlichen Fortpflanzungsmethode ab: Ganz ohne Bestäubung kann die Mutterpflanze identische Töchter ausbilden. Ein bienenbetörendes Blütenkleid hat der Frauenmantel daher gar nicht nötig, seine kleinen grüngelben Blüten heben sich kaum von den Blättern ab. Aufgrund dieser »Reinheit« gilt er gläubigen Katholiken als Mariengewächs.

Die Anwendungen in der Volksheilkunde sind jedoch auf die ganz gewöhnlichen irdischen Beschwerden von Frauen bezogen. Ob Zyklus-unregelmäßigkeiten, Regelschmerzen, Zysten oder Entzündungen an weiblichen Organen, ob ungewollte Kinderlosigkeit, Schwangerschafts-übelkeit, Gebärmutter-senkung oder Wechseljahrs-



natürlich BUCHTIPP

Frauenheilpflanzen

Autorin: Heide Fischer

Die Autorin ist Ärztin und Spezialistin für Frauen-Naturheilkunde. In diesem Buch stellt sie ausführlich die 35 wichtigsten Pflanzen vor, die Frauen bei ihren weiblichen Beschwerden Erleichterung verschaffen können. Neben den Anwendungsmöglichkeiten werden auch viele Rezepte für erprobte Hausmittel genannt. Ein Blick in die Mythologie rundet jedes der gelungenen Porträts ab. 256 Seiten | 19,99 €

Online bestellen:
www.gesundbuchshop.de



FRAUENMANTEL // ALCHEMILLA VULGARIS AUCH GEWITTERGRAS,



Gerbstoffe zur Linderung

Dank ihres hohen Gerbstoffanteils von sechs bis acht Prozent wirkt Frauenmantelkraut blutstillend,

entzündungshemmend und anti-septisch, außerdem wird ein entkrampfender Effekt angenommen. Die Einzelkomponente Agri-moniin des reichlich enthaltenen Gerbstoffs Ellag-tannin hemmt bei Tieren nachweislich das Wachstum von Tumoren an den Brustdrüsen. Flavonoide, z. B. Quercetin, kommen ebenfalls reichlich im Frauenmantel vor, sie wirken antioxidativ und stabilisierend auf das Gefäßsystem.

»Ein bessres Labsal gibt es nicht.«

Johannes Trojan
(1837–1815)

beschwerden – es gab kein feminines Leiden, bei dem nicht Frauenmantel ins Spiel gebracht worden wäre. Schon sein Name verspricht diesen Schutz – als sei er ein Umhang, in dem Frauen sich geborgen fühlen können. Die Heilpflanze wird in den Tees, Salben und Badezusätzen jedoch selten alleine verwandt, häufige Beikräuter in den tradierten Rezepten sind Ringelblume, Schafgarbe und Ackerschachtelhalm, die den Frauenmantel in seiner Heilwirkung noch unterstützen.

Von der äußeren Anwendung der in Europa, Asien und Nordamerika verbreiteten Pflanze profitiert aber nicht nur das vermeintlich schwache Geschlecht. Die entzündungshemmenden, antiseptischen

und blutstillenden Wirkstoffe zeichnen den Frauenmantel als probates Mittel zur Wundbehandlung aus. Hieronymus Bock, ein berühmter deutscher Arzt und Botaniker des

16. Jahrhunderts, beschrieb ihn als bedeutsames Wundmittel, das bei Blutungen, Quetschungen und Stauchungen eingesetzt wird. Auch Schleimhauterkrankungen, z. B. im Mundraum, und Hautunreinheiten lassen sich mit Tinkturen aus dem Gewächs bekämpfen.

Die gebräuchlichste Anwendung war und ist jedoch eine leicht bitter schmeckende Teezubereitung, für die das ganze Kraut, Blüten, Blätter und Stängel verwendet werden können. ♡ fre

Bewährt bei ...

... Hautunreinheiten,
Blutungen, Zysten,
Wechseljahrsbeschwerden,
schmerzhafter Menstruation,
Magen-Darm-Störungen,
Schleimhauterkrankungen
im Mund- und Rachenbereich

ALLER FRAUEN HEIL, MARIENMANTEL ODER ALCHEMISTENKRAUT GENANNT



SANFTE MASSAGE BEI SCHMERZEN

Wohltuender Balsam

Vor allem bei Menstruationsbeschwerden, aber auch bei strapazierten Gelenken oder schmerzendem Rücken hilft ein Balsam aus Frauenmantel, Gänsefingerkraut und Schafgarbe. Für die Herstellung benötigen Sie etwas Geduld und Geschick: Einen Teil der getrockneten Mischung mit zehn Teilen Olivenöl ansetzen, nach zwei Wochen 15 Minuten leicht köcheln, abseihen und mit Wachs aushärten lassen.

Alles Gute für Ihren Darm



Reform
Produkt
des Jahres
2013

der tägliche Begleiter
für ein gesundes Immunsystem

jetzt für kurze Zeit
mit 10% mehr Inhalt



zur diätetischen Behandlung
von Durchfall während und
nach Antibiotika-Einnahme

extra hoch dosiert

wissenschaftlich geprüft

www.natura.de