Drei Flauschige

Löwenzahn, Himbeere und Frauenmantel – drei Pflanzen mit unterschiedlichem Erscheinungsbild und dennoch ist ihnen etwas gemeinsam. Alle drei sind mit einem flauschigen Pflanzenteil ausgestattet.

Flaumig, flockig, weich – die drei Synonyme für flauschig charakterisieren in unterschiedlicher Art und Weise die zarten, samtigen-seidigen Bestandteile der nachstehend beschriebenen Pflanzen.

Dekorative Kugeln Wer kennt sie nicht, die weißen Kugeln des Löwenzahns (Taraxacum officinale). Botanisch gesehen handelt es sich um den Fruchtstand, der sich aus kleinen hellbraunen, geschnäbelten Früchten (Achänen) zusammensetzt, die mit haarigen Flugschirmen (Pappus) ausgestattet sind. Bis zu vollständigen Fruchtreife bleiben sie am runden Blütenboden haften und präsentieren sich als flauschige Bälle. Danach werden sie leicht vom Wind erfasst und in alle Richtungen davongetragen. Da sie sich auch einfach mit dem Mund wegblasen lassen, spricht der Volksmund von Pusteblumen. Den Namen Löwenzahn hat die Pflanze aus der Familie der Korbblütler (Asteraceae) aufgrund ihrer scharf gezähnten, lanzettförmigen Blätter erhalten. Sie bilden eine grundständige Rosette, aus der im Frühjahr bis zu 30 Zentimeter (cm) hohe, Milchsaft enthaltende Blattstiele treiben. Die von April bis Oktober erscheinenden leuchtendgelben Blütenköpfe bestehen im Gegensatz zu anderen Korbblütlern nur aus Zungenblüten und werden von einem doppelten Hüllkelch umschlossen.

© senata / iStock / Getty Images

Löwenzahn

© Zoya2222 / iStock / Getty Images

Himbeere

© Xenia Schaad / iStock / Getty Images

Frauenmantel

Typischerweise siedelt sich die anspruchslose Pflanze in großer Anzahl auf Wiesen, Weiden, Äckern, am Wegesrand und auf Brachflächen an. Mit ihrer kräftigen Pfahlwurzel gelingt es ihr sogar, sich zwischen Pflastersteinen zu verankern. Da sich Löwenzahn wegen seiner tiefen Wurzel nur schwer entfernen lässt und sich überall breitmacht, gilt er gemeinhin als Unkraut. Weniger bekannt ist, dass sich seine frischen Blätter hervorragend als Salat eignen und er seit altersher eine geschätzte Heilpflanze ist. Die Verwendung als Arzneipflanze kommt bereits im Gattungsnamen Taraxacum zum Ausdruck. Dieser leitet sich von griech. taraxis = Entzündung und griech. akeomai = ich heile ab, was auf den früheren medizinischen Einsatz der Pflanze verweist. Der Beiname officinalis, der auf den Gebrauch in Apotheken aufmerksam macht, unterstreicht die Bedeutung der Pflanze in der Heilkunde. Arzneilich kommen Kraut und Wurzeln gemeinsam oder auch einzeln zum Einsatz. Ihre Bitterstoffe begründen den Einsatz des Löwenzahns als Bitterstoffdroge. Der relativ hohe Kaliumgehalt ist für die harntreibende Wirkung der Droge verantwortlich. Die Monographien der Kommission E und der ESCOP sehen als Indikationen Appetitlosigkeit, dyspeptische Beschwerden wie Völlegefühl und Blähungen, Störungen des Gallenflusses sowie eine Anregung der Diurese vor.

Samtiger Haarfilz Bei der Himbeere (Rubus idaeus L.), einer Pflanzenart aus der Familie der Rosengewächse (Rosaceae), sorgen Blätter und Früchte mit ihrer weichen Behaarung für eine samtige Textur. Während die dünnen, biegsamen Zweige feine Stacheln tragen, zeigen

die wechselständig an den Trieben sitzenden drei- bis siebenzähligen Blätter einen weißen Flaum auf Ober- und Unterseite. Zwischen Mai und August werden von den Sprossachsen abgehend rispige Blütenstände gebildet. Die weißen Blüten besitzen jeweils fünf Kelch- und Kronblätter und über zwanzig Staub- und Fruchtblätter. Von Juni an bis in den Spätherbst hinein entwickeln sich die roten, kugelig bis eiförmigen Himbeeren, die ebenfalls flaumig behaart sind. Diese weichen, wohlschmeckenden Früchte sind botanisch gesehen keine Beeren, sondern Sammelsteinfrüchte. Der lateinische Gattungsname Rubus = rot verweist auf ihre rote Farbe. Es werden aber auch gelbe und schwarze Früchte gezüchtet. Der Artname idaeus geht wahrscheinlich auf den Berg Ida zurück, von dem die Himbeere dem römischen Schriftsteller Plinius (23 n. Chr.) zufolge stammen soll. Der deutsche Name Himbeere leitet sich von dem althochdeutschen „hintperi“ ab und bedeutet Beere der Hirschkuh (hinta = Hirschkuh). Er nimmt damit auf die Vorliebe der Hirschkühe für die Früchte Bezug.

Obwohl die Himbeere schon bei den alten Griechen und Römern bekannt war und im Mittelalter in Klöstern kultiviert wurde, hat sie keinen Eingang in die Arzneibücher gefunden. Allerdings ist die Pflanze in der Volksheilkunde sehr beliebt. Zum einen werden ihre Blätter aufgrund der adstringierenden Wirkung der Gerbstoffe zum Gurgeln bei Schleimhautentzündungen in Mund und Rachen sowie als Antidiarrhoikum gegen Durchfall verwendet. Auch kommt sie als schweiß-, harn- und gallentreibendes Mittel zum Einsatz. Vor allem sind Himbeerblätter aber traditionell eine Empfehlung der Hebammen zur sanften Geburtsvorbereitung zum Lockern von Beckenmuskulatur und Muttermund. Damit es nicht zu einer vorzeitigen Öffnung des Muttermundes kommt, soll der Tee nicht vor der 34. Schwangerschaftswoche getrunken werden. Da die Wirksamkeit der beanspruchten Anwendungsgebiete jedoch nicht belegt ist, existiert keine positive Monographie der Kommission E.

Zauberhaftes Taublatt Auch die Blätter des Gemeinen Frauenmantels (Alchemilla vulgaris L. s.l.) fühlen sich weich und samtig-seidig an. Die 30 bis 50 cm hoch werdende ausdauernde Staude mit ihren zwischen Mai und September erscheinenden kleinen, gelbgrünen unscheinbaren Blüten gehört ebenso zur Familie der Rosengewächse (Rosaceae). Sie wächst an schattig bis halbschattigen Standorten auf nährstoffreichen, humosen, feuchten Böden und ist in lichten Wäldern und auf Wiesen zu finden. Im Garten wird die Schattenpflanze gerne als Bodendecker verwendet, vor allem zur Rosenunterpflanzung. Besonderes Merkmal sind ihre rundlichen, halbkreisförmigen, gelappten Blätter. Sie sind am Rande gekerbt und auf der Unterseite vielfach behaart, wodurch diese graugrün erscheinen. Außerdem finden sich viele Haare am Blattrand und am rundlichen Blattstiel. Auf die Blätterform ist der allgemein gebräuchliche Name Frauenmantel zurückzuführen. Die gefalteten Blätter gleichen einem Frauenumhang, wie er auf Mariendarstellungen des 14. Jahrhunderts zu finden ist.

Andere volkstümliche Bezeichnungen wie Taublatt oder Taukraut greifen das Phänomen der Guttationstropfen auf. Kleine Drüsen am Blattrand geben in den frühen Morgenstunden überschüssiges Wasser ab, das sich im trichterförmigen Blattgrund zu Wassertropfen sammelt und früher fälschlicherweise als Tau bezeichnet wurde. Diese Tropfen weckten im Mittelalter das besondere Interesse der Alchemisten, worauf der Gattungsname Alchemilla = kleine Alchemistin (von arabisch alkemelych = Alchemie) zurückzuführen ist. Sie sammelten die „Tauperlen“ und versuchten, aus dem „himmlischen“ Wasser den „Stein der Weisen“ herzustellen, mit dessen Hilfe sie unedle Metalle in Gold und jede Krankheit in Gesundheit verwandeln wollten. Traditionell war die Pflanze immer ein Frauenkraut, dem bei vielen gynäkologischen Beschwerden Heilkräfte zugesprochen wurden (z. B. Menstruationsstörungen, Wechseljahresbeschwerden). Die Kommission E erkennt lediglich die Therapie akuter, unspezifischer Durchfallerkrankungen an, deren Wirkung auf die adstringierenden Effekte der enthaltenen Gerbstoffe zurückzuführen ist. ■

Pflanzen bilden Haare für unterschiedliche Zwecke, beispielsweise Drüsenhaare, Saughaare zur Wasseraufnahme, Fühlhaare oder Kletterhaare.

Gode Chlond,
Apothekerin