

Drei Schmuckdrogen

Sonnengelb, himmelblau, orange-rot – das sind die Blütenfarben von **Ringelblume**, **Kornblume** und **Kapuzinerkresse**. Sie lassen Teemischungen und Speisen bunter und attraktiver aussehen und regen damit zum Verzehr an.

Dekorativ sind sie alle drei, was nicht nur Menschen anlockt, sondern in erster Linie Insekten, die die Pflanzen für ihre Vermehrung brauchen. So manche Schmuckdroge ist aber nicht nur schön anzusehen, sondern hat sich auch in der Phytotherapie bewährt.

Sonnengelb und offizinell Die Ringelblume (*Calendula officinalis* L.) ist seit alters her ein bekanntes und anerkanntes Wundheilmittel, deren Blüten (*Calendulae flos*) auch noch heute wegen ihrer antiphlogistischen und granulationsfördernden Effekte äußerlich in Form von Aufgüssen, Tinkturen und Salben zur Anwendung kommen. Für die Ver-

wendung als Heilpflanze wird das bis zu 50 Zentimeter (cm) hoch wachsende, einjährige Korbblütengewächs (*Asteraceae*) hauptsächlich in den Mittelmeerländern, auf dem Balkan und in Osteuropa kultiviert. Die Ringelblume gedeiht aber auf allen Böden, sodass man sie in ganz Europa verwildert auf Schuttstellen, Äckern und an Wegrändern sieht. Auch in vielen Gärten blüht *Calendula* unermüdlich. Auf die außergewöhnlich lange Blühdauer von Juni bis Oktober nimmt der Gattungsname Bezug. Er soll sich von *Calendae*, der lateinischen Bezeichnung für den ersten Tag eines jeden Monats, ableiten. Der Artnamen *officinalis* verweist auf den Gebrauch als Arzneipflanze.

Die ringförmig eingerollten, kahnförmigen Früchte haben der Pflanze ihren gebräuchlichsten deutschen Namen Ringelblume eingebracht. Man kennt sie aber auch als Mariengold oder Sonnenwirbel. In diesen Synonymen spiegelt sich die leuchtend orange bis sonnengelbe Farbe der Blüten wieder. Sie sitzen endständig an einem wenig verästelten, fein behaarten Stängel. Die Blütenkörbchen sind mit einem Durchmesser von drei bis fünf Zentimeter vergleichsweise groß und setzen sich aus Zungen- und wenigen Röhrenblüten zusammen. Bei gefüllten Formen liegen mehrere Kreise von Zungenblüten am Blütenstandsboden vor.

Früher dienten die Blüten der Ringelblume für Wetterprognosen, da sie sich bei Regen zusammenfallen. Heute schätzt man sie nicht nur als Phytotherapeutikum, sondern gebraucht die dekorativen Blüten zur Verschönerung von Teemischungen.

Himmelblau und hübsch Auch ein anderer Korbblütler, der ursprünglich aus dem südöstlichen Mittelmeergebiet stammt, die Kornblume (*Centaurea cyanus* L.), ist eine beliebte Schmuckdroge, die Tees optisch aufwertet. Die einjährige, krautige Pflanze, die Wuchshöhen von 20 bis 100 cm erreicht, besticht mit ihrem himmelblauen Blütenstand. Auf die intensive Färbung geht auch der Artnamen *cyanus* zurück, der im Griechischen blau bedeutet. Die Blütenkörbchen erscheinen von Juni bis September endständig auf



Ringelblume

© S.Rohrlach / iStock / Getty Images



Kornblume

© emer1940 / iStock / Getty Images



Kapuzinerkresse

© ClaraNila / iStock / Getty Images

wollig behaarten, oben verzweigten Stängeln. Die inneren fruchtbaren Zungenblüten des Köpfchens sind von einem Kranz steriler Röhrenblüten umgeben. Zur Fruchtreife entwickeln sich die für die Pflanzenfamilie typischen Achänen, also einsamige Schließfrüchte, bei denen jede Frucht ein behaartes Schirmchen (Pappus) besitzt, mit dem sie sich im Wind verbreitet. Die Pflanze gedeiht gut auf sonnigen Standorten. Früher fand man den Korbblütler als Ackerunkraut in großer Zahl in jedem Getreidefeld. Doch seit der intensiven Düngung mit hohem Pestizideinsatz ist die Kornblume dort nur noch selten anzutreffen. Allein an biologisch bewirtschafteten Feldrändern ist sie mittlerweile wieder häufiger zu sehen. Als Heilpflanze hat sich *Centaurea cyanus* L. nicht etabliert, auch wenn der Gattungsname *Centaurea* in Anlehnung an den Kentauren Cheiron aus der griechischen Mythologie entstanden ist, der Wunderheilungen vollbracht haben soll. Zwar verwendet die Volksheilkunde das Kraut und die Blüten aufgrund ihres Gerb- und Bitterstoffgehalts bei Magen-Darm-Beschwerden oder als Bestandteil in Blasen- und Nierentees, doch in der evidenzbasierten Phytotherapie findet man Kornblumenblüten (*Cyani flos*) nur als hübsches Beiwerk, das Teemischungen ein ansprechendes Aussehen verleihen soll.

Orange-rot und kresseartig Die leuchtenden Blüten der Kapuzinerkresse (*Tropaeolum majus* L.) sind weniger getrocknet in Teemischungen üblich, vielmehr sind sie frisch eine schmackhafte und schmückende Garnitur in Salaten und Nachspeisen.

Tropaeolum majus L. aus der Familie der Kapuzinerkressengewächse (*Tropaeolaceae*) ist eine einjährige, krautige Pflanze, die sowohl auf sonnigen Plätzen als auch im Schatten bei uns von Mai bis in den Herbst hinein blüht und wächst. Sie erreicht Wuchshöhen bis zu 60 cm. Zudem

bildet sie bis zu fünf Meter lange Ranken, die am Boden entlang kriechen oder sich andere Pflanzen als Klettergerüst nehmen. Die meist einzeln in den Blattachsen stehenden Blüten sind auffällig orange-rot gefärbt und etwa fünf Zentimeter groß. Auf die Größe der Blüten macht auch der Artnamen *majus* aufmerksam, ebenso auf die drei bis fünf Zentimeter großen, runden schildförmigen Blätter. Diese stehen wechselständig an den fleischigen Stängeln und sind mit einem langen Stiel versehen, wobei dieser in der Blattmitte ansetzt. Von dort aus verläuft eine speichenförmige Äderung bis zum Rand. Ursprünglich ist die Kapuzinerkresse in den Anden Perus und Boliviens beheimatet. Bereits die Inka nutzten die Pflanze in der Heilkunde, und zwar vor allem als Schmerz- und Wundheilmittel. Die Pflanze gelangte mit den Spaniern Ende des 17. Jahrhunderts als Ziergewächs nach Europa und erhielt den Namen Kapuzinerkresse, da ihre gespornten helmförmigen Blüten an die Kapuzen von Mönchskutten erinnern und die Blätter einen kresseartigen Geschmack aufweisen. Auf die Form der Blätter und Blüten bezieht sich auch der Gattungsname. Ein *Tropaeolum* war bei den Römern ein Gerüst, das als Siegeszeichen fungierte, indem daran die Helme und Schilder der Besiegten zur Schau gestellt wurden. Der kresseartige Geschmack von *Tropaeolum majus* L. ist auf enthaltene Senfölglykoside zurückzuführen. Sie sind auch für eine antibiotische Wirkung mit breitem Spektrum gegen grampositive und gramnegative Bakterien der Pflanze verantwortlich, ebenso für virustatische und antimykotische Effekte. Als Droge ist das Kraut der Kapuzinerkresse (*Tropaeoli herba*) nicht im Gebrauch, aber in Fertigarzneimitteln zur Behandlung von Infekten der ableitenden Harnwege oder Katarrhen der Luftwege enthalten. ■

Gode Chlond,
Apothekerin

Orthomol Immun

Abwehr.
Kräfte.
Stärken.



Häufig erkältet?

- Immunspezifische Mikronährstoffkombination
- Bei akuten und chronischen Infektionen
- Qualität seit über 25 Jahren

orthomol immun



Orthomol Immun ist ein diätetisches Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät). Orthomol Immun zur diätetischen Behandlung von nutritiv bedingten Immundefiziten (z. B. bei rezidivierenden Atemwegsinfekten).
www.orthomol.de