



Pharmazie von der Wiese

# Echtes Mädesüß – pflanzliche Vorstufe des Aspirins

**Schon die keltischen Druiden und vor allem die Menschen im Mittelalter schätzten das Echte Mädesüß als Pflanze mit Heilkraft. Der honigartig-süßliche Duft, den die Blüten im Hochsommer verströmen, soll sogar königliche Nasen betört haben. Von der englischen Königin Elisabeth I. wird berichtet, dass sie ihr Schlafgemach mit den Blüten des Mädesüß ausstreuen ließ. Auch heutzutage finden die getrockneten Blüten und Stängel der Pflanze in Fertigtees zur unterstützenden Behandlung von Erkältungskrankheiten und als Schweißkur therapeutische Anwendung.**

Von Apotheker Thomas Knaier

**D**as Echte Mädesüß (botanisch: *Filipendula ulmaria*) kommt in fast ganz Europa, mit Ausnahme der südlichen Mittelmeerländer, vor. Heute ist die Pflanze auch ins östliche Nordamerika eingewandert und hat sich nahezu auf der ganzen nördlichen Halbkugel verbreitet. Sie besiedelt gern feuchte, nährstoffreiche Standorte. Früher war sie oft in den Bach- und Flussaue von Erlen-Eschen-Wäldern zu finden. Da diese selten geworden sind, hat sie sich mittlerweile auf Zonen entlang von Bächen und Wassergräben sowie auf selten gemähten Feuchtwiesen ausgebreitet.

Mädesüß gehört botanisch zur Familie der Rosaceen und ist eine ausdauernde Staude, die zwischen 50 und 150 Zentimeter hoch werden

kann. Auch Wuchshöhen bis zu zwei Metern sind beschrieben. Aus dem kräftigen Wurzelstock entwickelt sich jedes Jahr eine Rosette grundständiger Blätter, aus denen ein aufrechter, kantiger, oben verzweigter, häufig rot überlaufener Stängel hervorgeht. Die auffälligen Blütenstände bestehen aus vielen cremeweißen Einzelblüten, die in endständigen Doldentrauben angeordnet sind. In der Blütezeit von Juni bis August sondern sie einen intensiven honigmandelsüßen Duft ab, der sich gegen Abend noch verstärkt. Der süße Duft und das reiche Pollenangebot locken zahlreiche Insekten, etwa den Mädesüß-Perlmutterfalter, an, für den die Pflanze eine existenzielle Bedeutung hat. Die Raupe ist auf Mädesüß als einzige Nahrungsquelle angewiesen.

## Anwendung in der Volksmedizin

Der deutsche Name »Mädesüß« hat mit »süßen Mädchen« nichts zu tun. Zur Herkunft gibt es verschiedene Theorien. So soll ihm der Begriff »Mahdsüße« zugrunde liegen, weil die Blätter und Blüten nach der Mahd einen süßen Geruch verströmen. Eine andere Erklärung bezieht sich auf die Namensvariante »Metsüße«, da früher die Blüten zum Süßen und Aromatisieren von Wein, insbesondere Met (Honigwein) verwendet wurden. Der

Antirheumatikum, Diuretikum und schweißtreibendes Mittel verwendet. Auch heute noch gilt die Empfehlung als leichtes Schmerz- und Fiebermittel. Wie Holunderblüten werden auch Mädesüßblüten in der Küche zur Aromatisierung von Süßspeisen, Fruchtspeisen und Getränken verwendet.

## Medizingeschichte des Mädesüß

Medizingeschichtlich ist die im Sommer blühende Pflanze hochinteressant. Schon 1839 isolierten zwei

Volksmund kennt noch eine Reihe weiterer Namen, etwa »Wiesenkönigin«, der auf die stattliche Größe der Pflanze anspielt, »Federbusch« und »Spierstaude« (bezieht sich auf die Form des Blütenstands). Auch als »Immenkraut« (Kraut der Imker) wurde die Pflanze bezeichnet, da das Einreiben der Bienenstöcke mit dem Kraut die Bienen vor Krankheiten schützen und die Honigausbeute steigern sollte. Auch der wenig poetische Name »Stopparsch« fand sich in einigen Gegenden; er bezog sich auf die Wirkung bei Durchfallerkrankungen.

In den Kräuterbüchern des Mittelalters von Lonicerus und Hieronymus Bock wird die Wurzel des Mädesüß als gallereinigend und zur Behandlung der Roten Ruhr (infektiöse, oft tödliche Darmerkrankung) erwähnt. In der Volksmedizin wird das Kraut als leichtes Adstringens,

deutsche Chemiker aus der damals als Spierstaude bezeichneten Pflanze erstmals Salicylsäure, die sie Spierstaure nannten. Neben der Weide diente danach lange Zeit das Mädesüß zur Salicylsäuregewinnung. Mit der chemischen Synthese und Veresterung der Salicylsäure zur Acetylsalicylsäure – dem Aspirin – im Jahr 1899 durch Hofmann verlor das Mädesüß jedoch zunehmend an Bedeutung. Dennoch trug Mädesüß zur Begriffsbildung des Markennamens Aspirin® maßgeblich bei. Während das »A« des Namens für Acetyl steht, ist »spirin« aus dem Begriff »Spierstaure« abgeleitet.

## Kraut der Kelten

Zusammen mit dem Eisenkraut, der Mistel und der Wasserminze gehörte das Mädesüß zu den heiligen Kräutern der Druiden, der keltischen Priester. Die in der Sonn-

## RAT DES APOTHEKERS

⊕ Zur Bereitung eines Tees aus Mädesüß wird empfohlen, ein bis zwei Teelöffel pharmazeutischer Droge mit siedendem Wasser (ca. 150 ml) zu übergießen und nach 10–15 Minuten abzuseihen. Als Tagesdosis sollten vier bis fünf Gramm Droge nicht überschritten werden. Es ist empfehlenswert, den Tee möglichst dreimal täglich heiß zu trinken. Bei bestimmungsgemäßer Anwendung wird von keinen unerwünschten Wirkungen berichtet.

⊖ Obgleich Mädesüßblüten nur geringe Mengen an Salicylaten enthalten, sollten Patienten mit einer Salicylat-Überempfindlichkeit den Mädesüß-Tee nicht anwenden. Gleiches gilt für Säuglinge, Kleinkinder und Asthmatiker. Schwangeren und Stillenden wird ebenso von einer Zubereitung eines Mädesüß-Tees abgeraten.

wendnacht gesammelte Pflanze wurde nicht nur für Heilränke verwendet, sondern vielerorts in das Gebälk von Häusern und Ställen zur Abwehr des Bösen gehängt.

Mit dem Kraut aromatisierten die Menschen auch Ihre Wohn- und Schlafräume, indem sie es morgens frisch auf die Holzböden aufstreuten und abends die vertrockneten Blüten und Stängel wieder zusammenkehrten.

**Pflanzenteile und -inhaltsstoffe**

Im Mädesüßkraut sind drei Substanzgruppen zu finden, die medizinisch von besonderem Interesse sind. Neben der Substanzgruppe der Flavonoide sind es vor allem die Gerbstoffe sowie die Phenolglykoside mit Monotropitin und Spiraein, aus denen beim Trocknen eine kleine Menge ätherischen Öls frei wird. Darin kann man die Substanzen Salicylaldehyd, Salicylsäuremethyl-

ester, Anisaldehyd, Phenylethyl- und Benzylalkohol nachweisen. Vom Arzneibuch wird von den wasserdampfvlüchtigen Substanzen ein Anteil von mindestens 0,1 Prozent gefordert.

**Positive Monographien in den Arzneibüchern**

Die Monographie »Mädesüßkraut – Filipendulae ulmariae haerba« wurde in die Ausgabe des Europäischen Arzneibuchs 4.04 neu aufgenommen. Danach besteht die pharmazeutische Droge aus den ganzen oder geschnittenen, getrockneten blühenden Stängelspitzen von Filipendula ulmaria. Die Ware stammt heute zum größten Teil aus Kulturen ost- und südosteuropäischer Länder und enthält neben Blüten auch Stängelspitzen.

In der parallelen Monographie »Spirea Flos« im Deutschen Arzneimittel-Codex 2004 besteht die pharmazeutische Droge nur aus den getrockneten Blüten von Filipendula ulmaria.



Echtes Mädesüß mag es am liebsten feucht.

**Ideal gegen Sommergrippe**

Aufgrund der positiven Bewertung des Mädesüß durch die Kommission E (Sachverständigenkommission für pflanzliche Arzneimittel des Bundesinstituts für Arzneimittel und Medizinprodukte) 1989 zur unterstützenden Behandlung von Erkältungskrankheiten, bei denen eine Schwitzkur erwünscht ist, finden

die getrockneten Blüten und Stängelanteile der Pflanze heute in Fertigteemischungen, beispielsweise Sidroga® Erkältungstee oder Bad Heilbrunner® Erkältungstee, Verwendung. Neben Holunderblüten, Lindenblüten und Birkenblättern werden Mädesüßblüten in fiebersenkenden Teemischungen auch zur Schwitzkur angewendet.

**topfit GEWINNSPIEL**

**5 Sterne über dem Inntal: Drei Nächte für zwei in der Wellness-Residenz Schalber in Tirol**

Die Wellness-Residenz Schalber lockt mit einer 700 m<sup>2</sup> großen Sauna-Landschaft auf drei Etagen. Herzstück: die 40 m<sup>2</sup> große Panoramasauna mit spektakulärem Blick auf die Serfauser Bergwelt.

Neben Saunalounge und Relax-Whirlpool, Fitnessraum mit neuesten Ausdauer- und Kraftgeräten bieten auch ein Hotel-Garten mit Wasserfall, Teichlandschaften, Liegeflächen, Ruhezonen und Kinderplanschbecken Raum zur Entspannung. Und im 8 x 20 Meter großen Sportfreibecken kann man »mitten hinein ins Gebirgs Panorama« schwimmen. Geheimtipp: Eine Teichlandschaft mit Private-VIP-Hüttensauna, Chillout-Bereich und Frischluftliegen am Teich findet sich unter dem Dach des Neubaus – speziell für Wellnesserlebnisse zu zweit.

**KONTAKT:** Wellness-Residenz Schalber, A-6534 Serfaus/Tirol, Tel. 00 43 (0) 5476-6770, E-Mail: info@schalber.com

Der Anblick der grandiosen Bergwelt rund um Serfaus in Tirol kann im Körper des Betrachters die unterschiedlichsten Reaktionen auslösen: Glückshormone und Gänsehaut gehören zu den medizinisch nachgewiesenen, wenngleich völlig harmlosen Nebenwirkungen.

- 5 Hotel-Sterne
- 4 Lilien des Relax-Guide
- 3 Hauben von Gauff Millau

Drei Übernachtungen im DZ mit Verwöhnepension:  
 \* Begrüßungscocktail  
 \* Frühstücksbuffet mit Vitalecke  
 \* mittags Lunchbuffet, frische Salate, schmackhafte Snacks  
 \* 5-Gänge-Wahlmenüs mit Elementen aus der Vollwertküche  
 Einlösbar nur Sommer 2009 oder Sommer 2010.

Teilnahme am Gewinnspiel nur mit diesem Coupon möglich.

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Telefon, Fax

**So geht's:** Ausreichend frankierte Postkarte oder Brief an Letter Content Media, Sebastian-Bauer-Straße 20c, 81737 München schicken. Stichwort: Gewinnspiel  
 Einsendeschluss: 15. 08. 09 (Datum des Poststempels). Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

www.schalber.com

