

Mutterkraut

Kleine Zierpflanze mit großer Wirkung!

Das Mutterkraut zählt seit Jahrhunderten zu den traditionellen Kräutern in der Gesundheitsförderung. In Deutschland war es jedoch nahezu in Vergessenheit geraten - zu Unrecht! Neuen Aufschwung erhielt es in den 70er Jahren, als Forscher den Inhaltsstoff Parthenolid entdeckten – ein Stoff mit sehr interessanten Eigenschaften.



© hjschneider – Fotolia.com

Was genau ist Mutterkraut?

Mutterkraut (*Tanacetum parthenicum* L.) ist eine mehrjährige Pflanze aus der Familie der Asteraceae (Korbblütler) mit einem aromatischen Duft. Die Pflanze erreicht eine Wuchshöhe von 30-80 cm und die eher hellgrünen Blätter ordnen sich wechselständig an den Stängeln an. Die Blütezeit des Mutterkrautes dauert von Anfang Juni bis Mitte September. Die zumeist bis 2 cm großen Blüten bestehen aus zahlreichen gelben Röhrenblüten und weißen Zungenblüten. Sie bilden einen Blütenstand mit 5-30 Einzelblüten aus. Die Blüten ähneln denen der Kamille, was ihr auch den Namen „Falsche Kamille“ eingebracht hat.

Mutterkraut stammt aus dem östlichen Mittelmeergebiet und ist in Europa, Asien und Nordamerika weit verbreitet. Man entdeckt sie oft an Zäunen und Wegrändern. Hierzulande wird sie auch als „Wucherblume“ oder „Fieberkraut“ bezeichnet und als Nutz- und Zierpflanze angepflanzt. In Großbritannien, wo das Mutterkraut bereits seit Jahrhunderten bei Fieber und Kopfschmerzen angewendet wird, ist es unter Namen „Feverfew“ (Fiebersenker) bekannt.

Geschichtliches

Schon in der Antike und im Mittelalter wurde das Mutterkraut bei Fieber, Kopf- und Zahnschmerzen sowie Arthritis eingesetzt. Der im Altertum berühmteste Pharmakologe Dioskurides bezeichnete in seinen Werken das Mutterkraut als „Parthénium“, was so viel wie „Jungfrau“ oder „jungfräuliche Göttin“ bedeutet und so auch auf seine volkstümliche Verwendung bei Frauenleiden hinweist.

Inhaltsstoffe & Eigenschaften

Verwendet werden Stängel, Blätter und Blüten des Mutterkrauts. In ihnen stecken viele gesunde Inhaltsstoffe, unter anderem sind das:

- Sesquiterpenlactone (Parthenolid)
- Triterpene
- Bitterstoffe
- Flavonoide
- Ätherische Öle (mit Campher)

Parthenolid, ein Sesquiterpenlacton mit hoher biologischer Aktivität, steht als Wirksubstanz im Fokus. Es hemmt zum Beispiel die Bildung von entzündungsvermittelnden Botenstoffen (López-Franco et al., 2006). Es macht einen Großteil der gesamten Sesquiterpenlactone im Mutterkraut aus.

Campher ist ein Monoterpen, das in vielen ätherischen Ölen vorkommt. Es ist ein sehr interessanter pflanzlicher Stoff und zeigt einen stimulierenden Effekt auf das Nervensystem (Tudor Selescu et al., 2013).

Flavonoide sind sekundäre Pflanzenstoffe, sie haben antioxidative und antiinflammatorische Eigenschaften und schützen unsere Körperzellen vor oxidativen Schäden.

Einsatzgebiete und Anwendung

Die Anwendungsgebiete von Mutterkraut sind mannigfaltig. Als Heilkraut wird es vor allem zur Beruhigung der Nerven und bei Frauenleiden eingesetzt.

Die Anwendung des Mutterkrauts geschieht als Tee-Zubereitung, Kapsel, Tablette oder Salbe. Man kann die Blätter des Mutterkrautes auch roh verzehren.



Bio-zertifiziert

Fazit

Fakten zu Mutterkraut

- Traditionelle Pflanze in der Gesundheitsförderung
- Anwendung bei Frauenleiden und Migräne
- Interessanter Inhaltsstoff: Parthenolid
- kann in vielfältiger Form zu sich genommen werden z.B. als Tee, in Kapsel-/Tabletten-Form oder Blätter als Ganzes

Quellen

Bramm et al. (2004): Untersuchungen zum Anbau der Arzneipflanze *Tanacetum parthenium* als Basis für die Entwicklung eines Arzneimittels zur Migräneprophylaxe. In: Deutsch-Türkische Agrarforschung 2004

Guzman, M. et al. (2005): The sesquiterpene lactone parthenolide induces apoptosis of human acute myelogenous leukemia stem and progenitor cells. In: Blood, Vol. 11, Heft 105, S. 4163-4169.

López-Franco, O. et al. (2006): Parthenolide Modulates the NF- κ B-Mediated Inflammatory Responses in Experimental Atherosclerosis. *Arteriosclerosis, Thrombosis, and Vascular Biology*. 2006; 26:1864–1870

Lipton, R. B. et al. (2004): *Petasites hybridus* root (butterbur) is an effective treatment for migraine. In: *Neurology*, Vol. 63, S. 2240-2244.

Pfaffenrath et al. (2002): The efficacy and safety of *Tanacetum parthenium* (feverfew) in migraine prophylaxis - a double-blind multicentre, randomized, placebo-controlled dose-response study. *Cephalalgia*. 2002; 22 523-32

Tudor Selescu et al. (2013): Camphor Activates and Sensitizes Transient Receptor Potential Melastatin 8 (TRPM8) to Cooling and Icilin. *Chemical Senses*, Volume 38, Issue 7, September 2013, Pages 563–575

<https://www.netdokter.de/heilpflanzen/mutterkraut/>

<https://www.apotheken-umschau.de/heilpflanzen/mutterkraut>



Bio-zertifiziert

<https://heilkraeuter.de/lexikon/mutterkraut.htm>

https://www.awl.ch/heilpflanzen/tanacetum_parthenium/mutterkraut.htm

<https://www.meine-gesundheit.de/medizin/heilpflanzen/mutterkraut>

<http://www.arzneipflanzenlexikon.info/mutterkraut.php>



Bio-zertifiziert