

Mädesüss - *Filipendula ulmaria*

Botanischer Name: *Filipendula ulmaria*

Deutscher Name: Echtes Mädesüß

Gattung: Mädesüß (*Filipendula*)

Familie: Rosengewächse (*Rosaceae*)

Weitere Synonyme/Volksnamen: Großes Mädesüß, Mädesüß, Moor-Spierstaude.

Mädesüß (*Filipendula ulmaria*) wird in der Botanik zu den Rosengewächsen (*Rosaceae*) gezählt und ist mit Kräutern wie Frauenmantel, Odermennig oder Wiesenknopf verwandt. Zu den Rosengewächsen gehören außerdem viele Gehölze wie Weide, Apfelbaum, Rosenstrauch oder Kirschbaum.



Das echte Mädesüss ist eine heimische Pflanze und ist bei uns oft in Wäldern oder an Bächen und Flüssen anzutreffen. Sie liebt nassen, nährstoffreichen Boden.

In der Blütezeit, welche von Juni bis August ist, öffnen sich an den Enden der aufrechten Seitenzweige traubige Dolden, aus kleinen, weissen duftenden Blüten. Sechs bis acht winzige, sichelförmige Nüsschen, welche untereinander verwickelt sind und wie eine Frucht aussehen, entwickeln

sich nach dem Verblühen aus jeder Blüte. In den Nüsschen sitzt nur ein 1mm grosser Samen.

Diese Nüsschen sind sehr beliebt bei den Vögeln. Besonders jedoch bei Exoten, Kanarienvögeln, Wellensittiche etc., welche kleine Samen bevorzugen. Sie bleiben bis zum Frühjahr an der Pflanze und können so laufend geerntet werden.

Die Blüten enthalten einen heilsamen Wirkstoff. Es handelt sich um eine Vorstufe der Salicylsäure. Diese wirkt ähnlich wie das Schmerzmittel Acetylsalicylsäure, welches z.B. in Aspirin enthalten ist, jedoch etwas schwächer. Mädesüss hat somit eine leicht antientzündliche Wirkung. Außerdem haben die enthaltenden Gerbstoffe eine wichtige Bedeutung. Beispielsweise sorgt der Gerbstoff Ellagitannin dafür, dass Schleimhäute geschützt werden.

Aus den Blättern kann u.a. Tee zubereitet werden. Dieser kann auch mit Thymian, Quendel und Lindenblüten ergänzt werden.

Die Wurzel sollte nicht verfüttert werden.

Einsatzgebiet:

- Kopfscherzen
- Völlegefühl
- Blähungen
- Hautkrankheiten
- unreine Haut
- Gelenkschmerzen
- Arthritis
- Muskelkrämpfe
- Fieber in Folge von Erkältungen
- unterstützend bei Erkältungen bzw. grippalen Infekten
- Durchfall
- Sodbrennen

Hinweis: Menschen mit einer Überempfindlichkeit gegenüber Salicylsäure sowie Asthmatiker und Schwangere sollten auf den Genuss von Mädesüss verzichten.