

Mädesüß (Filipendula ulmaria)

Beschreibung

Seit Urzeit gilt sie als magische Pflanze und gehört zu den heiligen Kräutern der Druiden. Schon die alten Germanen verwendeten Mädesüß aufgrund des vanilleartigen Geruches gerne zum Aromatisieren von Met, Wein und Bier.

Die aus Mädesüß isolierte Salicylsäure wurde 1890 erstmals synthetisiert und zur Herstellung von Aspirin® verwendet. Der Markenname Aspirin® leitet sich übrigens vom alten Pflanzennamen Spirea ulmaria ab.

Das Kraut kann gut zur Verringerung des Säurespiegels im Körper, d.h. zur Regulation des Säure-Basen-Haushaltes bzw. bei Magenübersäuerung eingesetzt werden.

Mädesüß kann unterstützend bei Erkältungskrankheiten und als schweißtreibendes und harntreibendes Mittel eingesetzt werden. Traditionell ist der Einsatz von Mädesüß zur Unterstützung von rheumatischen Beschwerden der Gelenke und der Muskulatur sowie bei Gicht häufig beschrieben. Mädesüß bewährt sich auch zur Linderung von Kopfschmerzen, schmerzhaften Verspannungen sowie Blasen- und Nierenbeschwerden. Mädesüß eignet sich auch hervorragend als pflanzliche Unterstützung zur Linderung von Erkältungs- und Grippe-symptomen.

Mädesüß-Kräuter für Körper, Geist und Seele

Mädesüß wächst gerne an feuchten Standorten entlang von Wasserläufen und Gräben. Es hat sozusagen gerne „den Fuß im Wasser und den Kopf in der Luft“. Seine süß duftenden hohen Blütenstände verliehen ihm den Namen „Wiesenkönigin“. Die Pflanze eignet sich für Menschen, die sehr „verkopft“ leben, d.h. durch viel geistige Arbeit und rationale Herangehensweise Körper und Emotionen gerne zu kurz kommen lassen, woraus gesundheitliche Probleme resultieren können. Auch bei „Verhärtungskrankheiten“ wie rheumatische Erkrankungen und Gicht, hilft Mädesüß dem Menschen seinen „Standpunkt“ zu überdenken und durch eine Umstellung seiner Lebensführung seine Gesundheit positiv zu beeinflussen.

Anwendungsbereich

Unterstützt lindernd schmerzhaft Beeinträchtigungen.

Therapieempfehlung

Täglich 3 x 10 Tropfen Mädesüß (z.B. Alpensegen® Mädesüß Kräuteressenz) vor den Mahlzeiten; kurmäßige Einnahme über 4 bis 6 Wochen. 10 Tropfen sublingual in Belastungssituationen.