

Pflanze des Monats März
Wechselblättriges Milzkraut – *Chrysosplenium alternifolium*
Steinbrechgewächse – Saxifragaceae



Wechselständiges Milzkraut im Morgentau Foto: Privat

Botanik

Das Wechselblättrige Milzkraut gehört zur Familie der Steinbrechgewächse. Die Gattung Milzkräuter umfasst ca. 60 Arten, davon kommen 2 in Deutschland vor. Von März bis Mai erfreut sie uns mit ihren gelben Blüten. Das Wechselblättrige Milzkraut ist eine Staude, die zwischen 5-15 cm hoch wird. Sie ist wintergrün und besitzt einen aufrechten Stängel, der 3-kantig ist. Wie im Namen beschrieben, sitzen die Blätter wechselständig am Stängel, dabei sind die unteren Blätter lang gestielt. Ihre rundliche Form ist herz- nierenförmig mit breiten, ausgerandeten Zähnen. Die unscheinbaren, gelben, kronblattlosen Blüten, sind von gelben Hochblättern umgeben, die eine Scheinblüte bilden. Nach der Samenreife, werden die kleinen braunen Samenkugeln von Regentropfen aus der Blüte geschleudert und von Ameisen fleissig verteilt. Als Standort bevorzugt das Wechselblättrige Milzkraut Auwälder, Laubwälder, Bachufer und Sümpfe, dort bildet es durch lange dünne Ausläufer lockere Kolonien.

Name

Der Namensteil „Chrysos“ entstammt der griechischen Sprache und bedeutet „Gold“ → goldgelbe Hochblätter. „Splen“ ist die Milz. Der Artname *alternifolium* bezieht sich auf die Blattstellung am Stängel → die Blätter reihen sich wechselständig um den Stängel.

Andere Namen

Butterblumen, Eierkraut, Goldmilz, Goldveilchen, Goldtröpfchen, Krätzenkraut, Krötenkraut, Goldenes Leberkraut, Gulden-Milzkraut, Gulden-Steinbrech, Mokesaurampel, Rauch-Mondkraut, Schelmkraut, Schelmenwurz, Zittrachkraut.



Milzkraut-Polster Foto: Privat

Geschichte

Von der Verwendung der Milzkräuter ist wenig überliefert. Anhand seiner Signatur, der runden Blattform, der kühle, feuchte Standort und der bittere Geschmack, wurde die Pflanze dem Saturn zugeordnet. Die antiken Ärzte sahen in der Milz ein Organ dieses Planeten. Die Energie des Saturn gibt Knochen und Zähnen die Härte, wir finden sie in der Hornhaut, überhaupt wirkt er verhärtend. Das trifft auch auf die seelischen Aspekte des Menschen zu. Hypochondrie und Melancholie wurde von den antiken Ärzten der Milz zugesprochen. Verstocktheit, Schrulligkeit, Überspanntheit, Verdrießlichkeit oder Launigkeit bezeichnen wir als „Spleen“. Spannend ist, dass dieser englische Begriff mit „Milz“ übersetzt wird.



Milzkraut wird von Fliegen bestäubt Foto: Privat

Verwechslung

Das Wechselblättrige Milzkraut kann mit dem Gegenblättrigen Milzkraut (*Chrysosplenium oppositifolium*) verwechselt werden. Dieses ist ähnlich wie das Wechselblättrige Milzkraut, aber in allen Teilen kleiner und besitzt einen vier-kantigen Stängel. Die Blätter sind nie herzförmig und stehen sich in ein bis drei Paaren am Stängel gegenüber. In seiner Heilwirkung ist es weniger wirksam.

Inhaltsstoffe

Bitterstoffe,

Heilwirkung

blutbildend, blutreinigend

Nebenwirkungen/Gegenanzeigen

Nicht bekannt

Anwendung

Innerlich

Alte Schriften geben folgende Heilanwendungen: Zur Anregung von Niere und Blase und zur Reinigung von Leber und Milz. Aus diesen Anwendungen ergibt sich, dass wechselblättriges Milzkraut bei Krätze und Hautproblemen angewendet wurde.

Heute:

In der Homöopathie und der antroposophischen Medizin setzt man Wechselblättriges Milzkraut zur Blutbildung und bei Leukämie ein.

In höheren homöopathischen Potenzen zur Ausleitung von Schwermetallen (Amalgam).

In der klassischen Phytotherapie bei Erkrankungen der Milz, (z.B. Milzschwellungen nach Infektionen).

Verwendung

Frisches und getrocknetes Kraut für Tee, Homöopathika (Globuli, Urtinktur)

Heilsames

Teezubereitung (nach Ursula Stumpf)

1 TL Milzkraut mit 250 ml heißem Wasser übergießen und den Tee 5 Minuten ziehen lassen.

Der Schweizer Kräuterpfarrer Johann Künzle empfiehlt das Milzkraut zusammen mit Odermennig als Tee bei Milzleiden.



Blühendes Milzkraut Foto: Privat

Kulinarisches

Im Frühling können die frischen Blättchen beim Spaziergang geknabbert werden. Guido Fleischhauer empfiehlt die heimischen Milzkräuter von März bis April als Salat- bzw. Kochkräuter zu sammeln.



Wechselblättriges Milzkraut mit reifen Samen, Foto: Privat

Quellen

- Fleischhauer, Steffen Guido; „Enzyklopädie der essbaren Wildpflanzen“; AT-Verlag Aarau, München 5. Auflage, 2008 ISBN: 3-85502-889-3
- Hirsch, Siegrid; Grünberger, Felix; „Die Kräuter in meinem Garten“; Freya-Verlag 2012 (Neuüberarbeitung) ISBN: 978-3-902134-79-0
- Künzle, Johann, Pfarrer.; „Das große Kräuterheilbuch, Ratgeber für gesunde und kranke Tage“; 1945 Verlag Otto Walter AG Olten
- Schmeil, Otto; „Flora von Deutschland und seinen angrenzenden Gebieten“; Quelle & Meyer Bestimmungsbücher Heidelberg 1982, 87. völlig überarbeitete und erweiterte Auflage ISBN: 3-494 38 00327-0
- Spohn, Margot, Aichle, Dietmar, Golte-Bechtle, Marianne; Spohn, Roland; „Was blüht denn da?“; Franckh-Kosmos Verlags-GmbH Stuttgart 58. erweiterte und neubearbeitete Auflage 2008 ISBN-13: 978-3-440-11379-0
- Storl Dr., Wolf-Dieter; „Die Seele der Pflanzen, Botschaften und Heilkräfte aus dem Reich der Kräuter“; Franckh-Kosmos Verlags-GmbH Stuttgart 2009 ISBN: 978-3-440-11565-7
- Stumpf Dr., Ursula; „Unsere Heilkräuter, bestimmen und anwenden“; Franckh-Kosmos VerlagsGmbH Stuttgart 2012 ISBN: 978-3-440-12705-6
- <https://www.pflanzen-vielfalt.net/wildpflanzen-a-z>
- <https://www.rohkostwiki.de>