



Pflanzenportraits

Anmutig, duftend, heilsam: Das Echte Mädesüß (*Filipendula ulmaria*)

Text: Angelika Rosenfeld

Fotos: Helmut Preisinger

Die Pflanze mit dem merkwürdigen Namen liebt die Gesellschaft. Sie bildet auf feuchten, nährstoffreichen Wiesen und Hochstaudenfluren dichte Bestände. Dort und am Ufer von Gewässern und Gräben wächst sie zusammen mit Gilbweiderich, Baldrian, Beinwell und Blutweiderich. Das angenehm duftende Echte Mädesüß kommt verbreitet in ganz Europa vor, selbst auf Island, aber auch im westlichen Asien bis zur Mongolei. Man kann die ausdauernde Staude sogar im Garten kultivieren, sowohl die Wildform als auch Gartenformen. Doch davon später.

Das Echte Mädesüß gehört zur Familie der Rosengewächse und ist verwandt mit den manchmal verwilderten Spiersträuchern (*Spiraea*). Zu den Verwandten gehört auch der äußerlich ähnliche, nur viel größere, als Wild- und Gartenpflanze bekannte Geißbart (*Aruncus dioicus*). Früher wurde *Filipendula ulmaria* mit den Spiersträuchern und dem Geißbart botanisch zur Unterfamilie der Spiräengewächse zusammengefasst.

„Echt“ heißt unsere Pflanze, um sie vom Gemeinen Mädesüß (*Filipendula vulgaris*) zu



Abb. 1

Filipendula ulmaria. Quelle: Thomé, O.W. (1885-1905): Flora von Deutschland, Österreich und der Schweiz - in Wort und Bild für Schule und Haus. Gera-Untermhaus.

Diese Artikelreihe, von Mitgliedern des Botanischen Vereins geschrieben, stellt Pflanzenarten der heimischen Flora vor, wobei u.a. über ihr ökologisches Verhalten, ihre Verbreitung und Schutzwürdigkeit berichtet werden. Die Liste der behandelten Arten wird in unregelmäßigen Abständen ergänzt.

**Abb. 2 und 3**Echtes Mädesüß (*Filipendula ulmaria*)

unterscheiden, das niedriger bleibt, seltener anzutreffen ist und trockene, kalkhaltige Böden besiedelt. Dieses Gewächs duftet nicht, ist also nicht „echt“ bzw. vergleichsweise unbedeutend. In der nördlich-gemäßigten Zone wachsen noch rund zehn weitere Arten der Gattung *Filipendula*, u. a. das Kamtschatka-Mädesüß, das drei Meter hoch wird.

Filipendula ulmaria erreicht eine Höhe von immerhin gut einem Meter. Im Frühjahr bildet sich zuerst eine Rosette. Aus ihr treibt straff aufrecht ein kantiger Stängel mit dichtem Laub, der sich im oberen Bereich verzweigt. Schaut man näher hin, sieht man unpaarig gefiederte Blätter, also mehrere Blättchen und ein Endblatt. Die Blättchen sind fast wie ein Ei geformt und haben einen doppelt gesägten Rand. Ihre glatte Oberseite leuchtet satt grün. Dagegen zeigt die Unterseite zarte graue, filzige Härchen.

Im Juni bilden sich an den Enden der Haupt- und Nebentriebe als vielstrahlige Trugdolden Blütenstände mit cremeweißen Einzelblütchen. Die Kronblätter, meistens fünf, sind nur zwei bis fünf Millimeter lang. Das Laub riecht beim Zerreiben würzig (angeblich nach Rheuma-Salbe – davon wird noch die Rede sein); die Blüten verströmen vor allem abends einen intensiven, süßen honig-mandelartigen Geruch. Sie werden von Insekten bestäubt.

Was bedeutet der Name unserer Pflanze? Der lateinische Gattungsname „*Filipendula*“ bezieht sich auf die Wurzelknollen, die an feinen Fäden hängen (filum = Draht, pendulus = hängend). Der Zusatz für die Art – „*ulmaria*“, also ulmenartig – spielt auf die Blättchen an, deren Form und Blattrand an Ulmenblätter erinnern. Woher die Bezeichnung „Mädesüß“ stammt, ist umstritten. Ganz sicher hat sie nichts mit Mädchen zu tun, vielleicht aber mit Met. Angeblich soll mit der Pflanze in früheren Zeiten



Met oder Wein gewürzt (gesüßt?) worden sein. Schlüssiger erscheint eine andere Erklärung: Das deutsche Wort „Mäde“ entspricht dem alten Ausdruck „mede“ für Grasland (vgl. „Mahd“ oder englisch „meadow“), also dem Lebensraum des Mädesüß. „Süß“ könnte sich auf den Duft beziehen.

Andere volkstümliche Bezeichnungen für die Pflanze sind „Spierstaude“, „Wiesengeißbart“, „Rüsterstaude“ (Rüster = Ulme) „Johanniswedel“ und „Wiesenkönigin“. Der Ausdruck „Johanniswedel“ hängt mit der Blütezeit zusammen (24. Juni = Johannistag). „Wiesenkönigin“ klingt eindrucksvoll. Vielleicht bezieht sich dieser alte Name auf die Nützlichkeit der Pflanze, vielleicht aber auch auf die Dominanz des Echten Mädesüß in dessen Lebensraum, den nassen Hochstaudenfluren. Diese Pflanzengesellschaft wird deshalb nach unserem Gewächs als Leitpflanze auch „Filpendulion“ genannt.

Das Echte Mädesüß ist eine alte Nutzpflanze. Die Blätter verwendete man im Mittelalter gern als Bodenstreu, die Wurzeln als Nahrungs- und Futtermittel. Das war nicht ungefährlich, denn die Wurzeln sind schwach giftig. Den medizinischen Wert der Pflanze erkannte man erst spät. 1838 wurde erstmals eine Salicylsäureverbindung als Schmerz- und Fiebermittel aus *Filipendula ulmaria* extrahiert. Durch die synthetische Herstellung der Droge war dieses Verfahren schon bald hinfällig. Die Firma Bayer stellte das Schmerzmittel Acetylsalicylsäure erstmals in reiner Form her und meldete es 1899 zum Patent an. Sie nannte es „Aspirin“ nach unserem Mädesüß, das damals ja noch als Spiräengewächs galt! Wer sich krank fühlt und Aspirin einnimmt, könnte dabei an das Echte Mädesüß denken. Anblick und Duft der anmutigen Pflanze allein wirken schon heilsam.

Daher lohnt sich auch ein Anbau im Garten. *Filipendula ulmaria* liebt feuchten, nährstoffreichen Boden, versamt sich von dort aber auch auf trockene Flächen. Lehmiiger Boden, Staunässe, Schatten – all das nimmt das Echte Mädesüß nicht übel. Es bleibt jahrzehntelang zuverlässig an seinem Standort, breitet sich ein wenig aus, wuchert aber nicht. Die Pflanze könnte in der Umgebung eines Gartentümpels angesiedelt werden. Sogar ein großer Gartenversand bietet das Kraut mittlerweile an, als Heilpflanze gegen Kopfschmerzen. Im Fachhandel sind die Gartenformen „*aurea*“ mit gelben Blättern, „*flore pleno*“ mit gefüllten Blüten und „*variegata*“ mit gelb gestreiften Blättern erhältlich.

Es empfiehlt sich, das Echte Mädesüß an einer Stelle zu pflanzen, an der man oft vorbeikommt, damit man den Duft genießen kann. Ein Tee aus dem Kraut sollte vorsichtigerweise schwach dosiert werden. Ein bis zwei Tassen pro Tag von je ein bis zwei Teelöffeln geschnittener Droge (vorwiegend getrocknete Blüten) sind wohl verträglich. Unschädlich ist jedenfalls die Nutzung der Blüten zur Aromatisierung. Ein leckerer Pudding lässt sich aus Milch zubereiten, in der über Nacht eine Handvoll frischer Mädesüß-Blüten gezogen hat.