Die Kräutermedizin vom Mittelalter ...

DieRömer brachten ihrPflanzenwissen sowie viele Heilpflanzen nach Mitteleuropa. Dort verschmolz dieses Wissen mit germanischen und keltischen Heilmethoden. Mit dem Aufkommen des Christentums in Europa wurden im frühen Mittelalter die Klöster zu Zentren der Kräuterheilkunde. Klostergärten mussten die Klöster mit allem Notwendigen versorgen, sowohl was die Ernährung als auch die medizinische Versorgung angeht. Hier wurden Heilkräuter systematisch angebaut, medizinisches Wissen wurde weiterentwickelt und schriftlich festgehalten.

Ein besonderer Einschnitt stellt der Erlass *Capitulare de villis* von Karl dem Großen dar, der um das Jahr 800 festlegte, welche Pflanzen auf den Hofgütern angebaut werden mussten. Diese umfassende Liste von Heilpflanzen sorgte für eine weite Verbreitung der Kräuterheilkunde, die sich nun zur Volksmedizin entwickelte.

Unter den vielen Klosterheilkundlern, die im Mittelalter die Kräutermedizin weiterbrachten, sticht Hildegard von Bingen hervor, die im 12. Jahrhundert lebte. In ihrem Buch *Physica* beschreibt sie detailliert zahlreiche Heilpflanzen und ihre Wirkung. Umfassend gebildet, lässt sie sowohl antikes Wissen in ihr Werk einfließen, als auch Beobachtungen darüber, wie das Volk Kräuter zu Heilzwecken einsetzt. Das Heilwissen Hildegard von Bingens wird bis heute geschätzt.

Durch den Buchdruck verbreitete sich die Kräuterheilkunde ab dem 15. Jahrhundert immer weiter und der Beruf des Apothekers bildete sich heraus. In Apothekergärten wuchsen nun Heilpflanzen für Tees, Heilsalben und -öle. Da diese Heilmittel für die ärmeren Bevölkerungsschichten unerschwinglich waren, spielten daneben heilkundige Kräuterfrauen eine große Rolle für die Volksmedizin. Paracelsus, ein wichtiger Kräuterkundler des 16. Jahrhunderts, sagte, dass er selbst einen Großteil seines Wissens diesen Kräuterfrauen verdanke.













… bis zur Neuzeit

Mit der Hexenverfolgung, der viele dieser Frauen zum Opfer fielen, ging dieses Kräuterwissen teilweise wieder verloren. Die Kräuterkunde wurde im 16. Jahrhundert von den drei deutschen Ärzte Otto Brunfels, Leonhart Fuchs und Hieronymus Bock auf eine neue wissenschaftliche Basis gestellt. Sie gelten als Väter der Botanik und verfassten revolutionäre Kräuterbücher mit detaillierten Beschreibungen und realistischen Illustrationen von vielen Heilpflanzen. Sie sammelten sowohl antikes als auch zeitgenössisches Kräuterwissen und unterwarfen es einer kritischen, wissenschaftlichen Prüfung. Ab dem 18. Jahrhundert gab es mehrere neue Ansätze in der Pflanzenheilkunde. Der deutsche Arzt Samuel Hahnemann begründete die Homöopathie, die viele pflanzliche Heilmittel einsetzt. Der *Kräuterpfarrer* Sebastian Kneipp entdeckte vergessene Heilpflanzen neu und empfahl sie als mild wirkende Arzneimittel für Tees, Dragees, Badezusätze oder Salben. Der englische Arzt Edward Bach entwickelte die Bachblütentherapie, die unterschiedliche Blüten und Pflanzenteile zur seelischen Harmonisierung einsetzte – was für ihn die Voraussetzung für jede Heilung war.

Heutzutage wird die Kräuterheilkunde zur Unterstützung moderner Heilmethoden und als sanfte Medizin bei leichteren Erkrankungen wiederentdeckt. Dabei ist die Wirkung vieler Kräuter heute auch pharmakologisch untermauert. Der Kräutergarten *Beim Brill* bietet interessierten Mitbürgern die Gelegenheit, sich näher mit Heilpflanzen und ihren Einsatzgebieten zu befassen.

Frühes Mittelalter: Capitulare de villis

Kräuterheilkunde betreibt die Menschheit schon seit Urzeiten. Die ersten dokumentierten Heilpflanzengärten gab es jedoch im frühen Mittelalter. Um 800 erließ Karl der Große den sogenannten Capitulare de villis, ein Regelwerk zur Verwaltung der königlichen Domänen. Diese Hofgüter gab es in allen Königspfalzen, die der König mit seinem Hofstab bereiste. Sie mussten die Ernährung und die medizinische Versorgung des Hofes sicherstellen, weshalb Karl ihre Verwaltung optimieren und die Wirtschaftlichkeit verbessern wollte. Im letzten Kapitel des Capitulare de villis werden fast 90 Nutz- und Heilpflanzen aufgezählt, die in allen Hofgütern angepflanzt werden sollten. Fast alle dieser Pflanzen, selbst Arten die wir heute nur als Ge- müse kennen, wurden zu dieser Zeit auch zu Heilzwecken genutzt. Der Erlass ist bis heute erhalten und hatte einen großen Einfluss auf die Gartenkultur des gesamten Mittelalters.

Echte Mispel

Die Echte Mispel ist eine alte einheimische Wildfrucht und eines der 16 Fruchtgehölze auf der Liste des Capitulare de villis. Sie wirkt entzündungshemmend und harntreibend. Seit dem Mittelalter wird die Frucht bei Fieber und Durchfall sowie als Mundspülung und zur Waschung eingesetzt.





Ra nfarn

Im Mittelalter fand Rainfarn eine äußerst vielseitige Anwendung. Neben seiner Nutzung als Heil-, Gewürz- und Färberpflanze wurde er auch als Insektizid und Entwurmungsmittel eingesetzt. Aufgrund des enthalten Nervengifts Thujon hat die Pflanze krampflösende Eigenschaften und kann in der Schwangerschaft abortiv wirken.



Schlangenknöterich

Der Schlangenknöterich war im Mittelalter als Zauberpflanze bekannt. Seine Blätter wurden als Wildgemüse lange vor dem Spinat verzehrt. Namensgebend ist das schlangenartig gewundene Rhizom der Pflanze, das durch seinen hohen Gerbstoffanteil eine stark adstringierende Wirkung hat und bei Durchfällen sowie als Gurgelmittel bei Entzündungen im Mund- und Rachenraum Verwendung findet. Die häufige innere Anwendung der Pflanze führt jedoch zu einer Anreicherung von giftiger Oxalsäure im Körper.



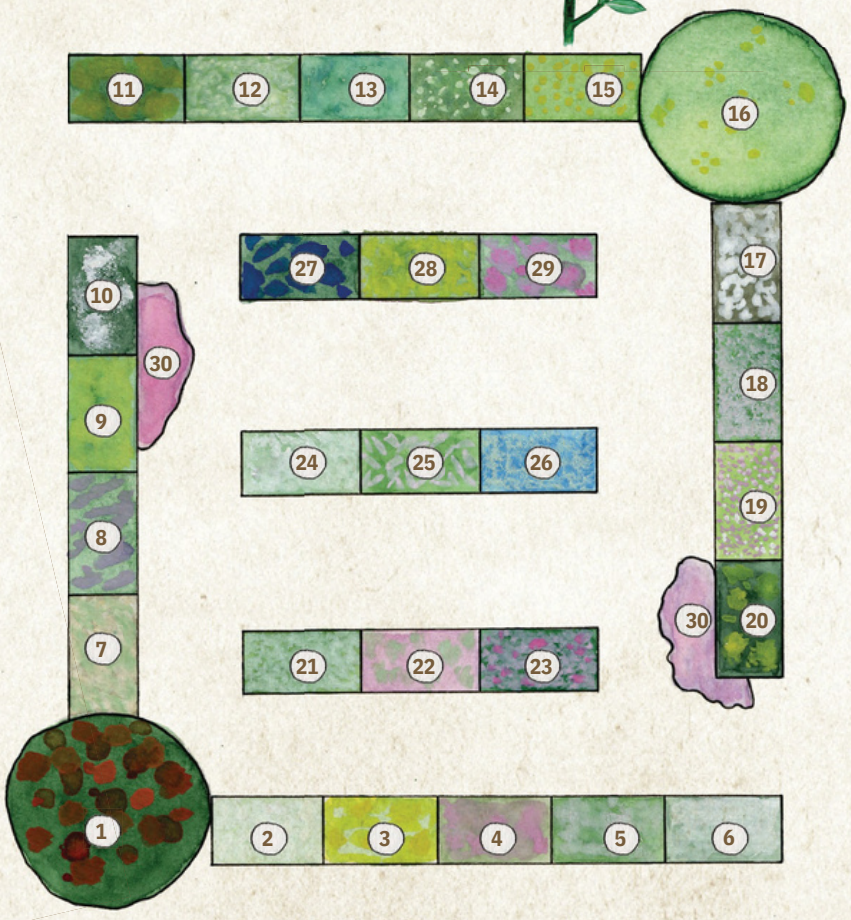
Kreuzblättrge Wolfs ilch

Die Samen der Kreuzblättrigen Wolfsmilch sind schon seit Jahrhunderten für ihre abführende Wirkung bekannt. Ihr Milchsaft hat zudem eine stark reizende Eigenschaft, die im Mittelalter zur Behandlung von Warzen eingesetzt wurde. Aufgrund einer akuten Vergiftungsgefahr wird heute vom Verzehr der Pflanze abgeraten.

iptam

Eine Besonderheit des Diptams ist sein hoher Gehalt an ätherischen Ölen – der dazu führt, dass man die Pflanze an warmen Tagen anzünden kann, ohne dass sie Schaden nimmt (daher auch der Volksname Brennkraut). Sie wurde früher als Magen- und Wurmmittel, aber auch in der Frauenheilkunde eingesetzt. Heute wird sie wegen ihres hohen Alkaloidgehalts nicht mehr verwendet.





1. Echte Mispel - Mëspel - *Mespilus germanica*
2. Meerrettich -Mierréidesch-*Armoracia rusticana*
3. Eberraute -Zitronell-*Artemisia abrotanum*
4. Echter Eibisch -EchtGuimauwe - *Althaea officinalis*
5. Zwiebel -GewéinlechËnn-*Allium cepa*
6. Knoblauch -Knuewelek-*Allium sativum*
7. Rainfarn -GewéinlechtWiermkraut - *Tanacetum vulgare*
8. Schlangen-Knöterich-Schlaange-Knuetkraut - *Polygonum bistorta*
9. Liebstöckel -Léifstack-*Levisticum officinale*
10. Echter Sellerie -EchtenZelleri - *Apium graveolens*
11. Ringelblume -(Gewéinlech)Réngelblumm - *Calendula officinalis*
12. Echte Katzenminze -EchtKazemënz - *Nepeta cataria*
13. Gemeine Wegwarte -WëlleSchikri - *Cichorium intybus*
14. Wilde Möhre -WëllMuert-*Daucus carota*
15. Fenchel - Fenchel - *Foeniculum vulgare*
16. Quitte - Quiddebir - *Cydonia oblonga*
17. Gemeine Schafgarbe-Gewéinlecht Dausendbliedchen - *Achillea millefolium*
18. Zitronenmelisse -Zitrounekraut - *Melissa officinalis*
19. Echter Salbei -Gaardenzalfei-*Salvia officinalis*
20. Weinraute - Wäiraut - *Ruta graveolens*
21. Madonnen-Lilie-WäissLilje-*Lilium candidum*
22. Wilde Malve - Wëll Malf - *Malva sylvestris*
23. Grüne Minze -GréngMënz-*Mentha spicata*
24. Mutterkraut -Mudder-Wiermkraut - *Tanacetum parthenium*
25. Diptam - Diktam -*Dictamnusalbus*
26. Deutsche Schwertlilie -DäitschIris - *Iris × germanica*
27. Rosmarin -Rousemaräin-*Rosmarinus officinalis*
28. Kreuzblättrige Wolfsmilch -Maulef-Wollefsmëllech - *Euphorbia lathyris*
29. Acker-Gladiole -Feld-Gladioul-*Gladiolus italicus*
30. Dach-Hauswurz -Daach-Donnerbaart - *Sempervivumtectorum*