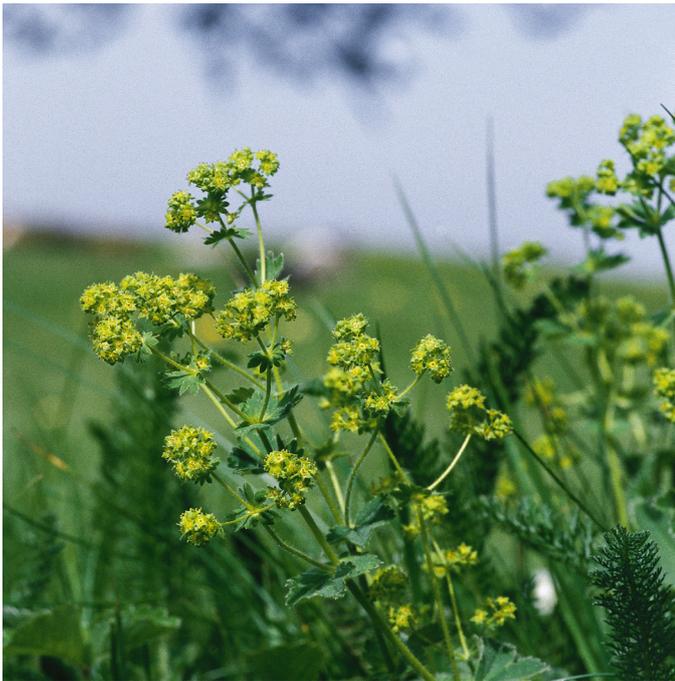


# Alchemilla vulgaris aggr.



Der blühende Frauenmantel lässt sich noch nicht exakt bestimmen.

## Botanik

*Alchemilla vulgaris* aggr. ist der Gemeine Frauenmantel. Die sehr ausdauernde Pflanze wird bis etwa 30 cm hoch. Im Frühjahr beginnt Alchemilla ihre grossen und charakteristischen, rundlich-nierenförmigen Blätter zu bilden. Diese sind zu Beginn der Entwicklung zunächst wie ein Fächer eingefaltet, später dann meist trichterförmig ausgebildet. Die Blattfläche selbst ist in einige dreieckig trapezförmige Lappen geteilt, der Blattrand ist gezähnt. Wie bei einer Perlenkette aufgereiht sind an den Blatträndern oft Wassertropfen zwischen den Zähnen zu finden. Dieses Wasser wird aktiv von der Pflanze ausgeschieden und kann sich wie eine grosse Perle am Grunde des Blattes sammeln, da dessen Oberfläche wasserabstossend ist. Die Pflanze blüht in den Monaten Mai bis September mit sehr vielen aber unscheinbaren Blüten. Die Blüten selbst sind nur 2 bis 4 mm lang und 3 bis 4 mm breit, sie sind gelbgrün gefärbt. So mag man kaum glauben, dass der Frauenmantel zu den Rosengewächsen gehört, die uns meist mit ihren nahezu perfekten Blütenkompositionen erfreuen. Eine weitere Besonderheit gibt es auch noch zu berichten: Im Moment der Entfaltung der Frauenmantel-Blüte ist diese bereits befruchtet und trägt den Embryo in sich, Alchemilla ist also nicht auf eine Fremdbestäubung angewiesen.

## Inhaltsstoffe

Zu den charakteristischen Inhaltsstoffen des Frauenmantels gehören Gerbstoffe, vorwiegend Ellagitannine mit dem Hauptinhaltsstoff Agrimoniin, daneben Laevigatin F und Pedunculagin. Des Weiteren findet man Flavonoidglykoside.

## Verwendung

Alchemilla ist eine wichtige Heilpflanze in der ganzheitlichen Frauenheilkunde. Es verwundert deshalb nicht, dass der Frauenmantel schon zu Zeiten der Germanen sehr geschätzt wurde und der Frigga, der Göttin der Natur und ihrer Fruchtbarkeit, geweiht war. Mit der zunehmenden Christianisierung wurden die traditionellen Anwendungen und Bedeutungen der Alchemilla von der Frigga auf die Jungfrau Maria übertragen. Der Schweizer Kräuterpfarrer Johann Künzle schreibt in seinem Buch: «Das Frauenmänteli stärkt die Muskeln der Frauen in geradezu auffallender Weise...». In der Literatur findet sich ein sehr breites Spektrum von Anwendungen für die Alchemilla in der Frauenheilkunde. Unter Anderem gehören Fluor, Menorrhagie, Unterleibsentzündungen und -schmerzen, unregelmäßige Menses, Erschlaffungs Zustände des Unterleibs, sowie Vor- und Nachbereitung von Geburten zu den typischen Anwendungsgebieten. Aus Sicht der Phytotherapie liefert der hohe Gerbstoffgehalt einen Hinweis für eine adstringierende, entzündungshemmende und antioxidative Wirkung. Daher wird der Frauenmantel pflanzenheilkundlich gerne bei Durchfallerkrankungen angewendet. Auch gemäß dem homöopathischen Arzneimittelbild wird der Frauenmantel bei Durchfall und Weissfluss eingesetzt.

## Wesen und Signatur nach

### H. & R. Kalbermatten

*Umhüllung, Behütung, Hervorbringung*

### Signatur

«Lassen Sie das Bild des Frauenmantels auf sich wirken! Bedarf es noch vieler Worte über die Signatur dieser Pflanze? Die gefässbildende Fältelung des Blattes spricht für sich und hat wohl immer wieder Anlass dazu gegeben, den Frauenmantel als überzeugendes Beispiel für die Signaturenlehre anzuführen. In dieser Hinsicht ist der Frauenmantel eine Ausnahme, denn die Signaturen der

meisten Pflanzen erfordern eine sehr viel differenziertere Betrachtung. Auch die von den Wimpernhaaren des Blattrandes ausgeschiedene und sich im Blattgrund zum silbernen Tropfen vereinigende Flüssigkeit redet eine deutliche Sprache. Alchemilla verdankt ihren Namen der hohen Wertschätzung durch die früheren Alchemisten. Der Tautropfen aus ihrem Blattgrund wurde von ihnen gesammelt und als Ausgangssubstanz für die Herstellung von Elixieren verwendet. Sie ist gewissermassen die Alchemistin unter den Pflanzen. Einige weitere botanische Merkmale bringen ebenfalls das Wesen der Pflanze zum Ausdruck.

Die Frucht ist von einem weichen, glatten Kelchbecher umschlossen, mit diesem aber nicht verwachsen wie bei den anderen Gattungen und Arten aus der Familie der Rosaceae. Die Frucht entwickelt sich also geschützt, wie in einer Gebärmutter. Die meisten der zahlreichen Arten der Gattung Alchemilla sind apomiktisch, das heisst, sie entwickeln Früchte ohne Befruchtung. Sie entwickeln keinen normalen Pollen und die Staubbeutel platzen nicht, der Pollen wird nicht freigegeben.

Die Alchemillen sind sehr artenreich und unterscheiden sich oft nur durch schwer erkennbare Merkmale. Die exakte Bestimmung einer Pflanze ist meistens (selbst für erfahrene Botaniker) sehr aufwendig – oft sogar verwirrend – und generell nur möglich, wenn die Pflanze schon Früchte gebildet hat. Auf den ersten Blick könnte man meinen, dass die Alchemilla-Arten nicht klar definiert sind und einer starken Variabilität unterworfen sind, das heisst ihre Merkmale über die Generationen hin immer wieder leicht verändern. Es ist aber gerade das Gegenteil der Fall. Dem Fachbuch «Flora der Schweiz» von Hess, Landolt, Hirzel entnehmen wir: «Von allen Spezialisten der Gattung Alchemilla wird die Konstanz der kleinen Artunterschiede über grosse geografische Gebiete als einzig dastehendes Beispiel bei den Blütenpflanzen geschildert.» Die Alchemilla-Arten sind also – obwohl von schwer durchschaubarer Vielfalt – ausserordentlich stabil

in ihrer Gestalt, sie sind in sich selbst ruhend.

Das lebensbewahrende Wesen kommt auch darin zum Ausdruck, dass die Pflanze stark antioxidativ wirkende Substanzen enthält.»

### Wesen

«Welche andere Pflanze könnte die Wesensart des gebärenden weiblichen Schoßes, der Gebärmutter, besser verkörpern als der Frauenmantel? Im geborgenen Grund ihres mantelartig umhüllenden, nach oben empfangend geöffneten, weichen Blattes bringt die «Alchemistin» (Alchemilla!) unter den Pflanzen in rhythmischer Gebärde einen silbernen Tautropfen hervor. Alchemilla steht für die Bejahung der weiblichen Rhythmen und des Frauseins. Frauen, die ihre Identität zu sehr auf ihre Gebärfähigkeit abstützen, oder Frauen, die Schwierigkeiten haben, diesen Aspekt ihres Frauseins zu integrieren, verhilft der Frauenmantel zu einer gewissen Distanz. Der Frauenmantel wirkt kühlend, das bedeutet, dass er körperliche und seelische überschießende Wärmeprozesse ausgleicht. Auch seine gewebestärkende Wirkung ist bekannt. Auf der seelischen Ebene stärkt er den Mut zur echten Weiblichkeit: Eine zu starke oder zu schwache Betonung des Frauseins wird ausgeglichen.»



Der silberne Tautropfen im geborgenen Grund des Frauenmantelblatts.

### Referenzen

1. Hänsel, R. & Steinegger, E. Hänsel / Sticher Pharmakognosie Phytopharmazie. (Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft GmbH, Stuttgart, Deutschland, 2015).
  2. BGA/BfArM (Kommission E). Alchemillae herba ( Frauenmantelkraut ). Bundesanzeiger 173, (1986).
  3. Madaus, G. MADAU'S LEHRBUCH DER BIOLOGISCHEN HEILMITTEL BAND 1-11. (mediamed Verlag, Ravensburg, 1990).
  4. BGA/BfArM (Kommission D). Alchemilla vulgaris. Bundesanzeiger 22a, (1988).
  5. Kalbermatten, R. & Kalbermatten, H. Pflanzliche Urtinkturen. (AT Verlag, Aarau, Schweiz, 2014).
  6. Kalbermatten, R. Wesen und Signatur der Heilpflanzen. (AT Verlag, Aarau, Schweiz, 2016).
- Bilder: Roger Kalbermatten, Kesswil