

# Solidago virgaurea L.



Die Blütenkörbe stehen dicht zusammen und ergänzen gegenseitig ihre Lücken.

## Botanik

Die Gewöhnliche Goldrute (*Solidago virgaurea* L.) ist eine Pflanze aus der Familie der Korbblütler (Asteraceae). Bei ihr handelt es sich um eine ausdauernde Staude, welche im ersten Jahr meist nur eine Rosette aus länglichen bis eiförmigen Blättern zeigt. Ab dem zweiten Jahr bildet die Pflanze dann ihre runden, wechselständig beblätterten Stängel aus, welche sehr fest sind und bis etwa 100 cm in die Höhe wachsen. Sie verzweigen sich mehr oder weniger stark. Oft werden die unteren Seitenäste länger als die oberen, so dass ihre Spitzen, mit den Blüten nachher fast auf einer Ebene liegen. Die Gewöhnliche Goldrute blüht ab etwa Juli bis in den Herbst hinein mit strahlend goldgelben Blüten, die zu harmonisch aussehenden Rispen zusammengefasst sind.

## Inhaltsstoffe

Die Goldrute, *Solidago virgaurea* L., enthält Flavonoide und andere phenolische Verbindungen. Dazu gehören beispielsweise Quercetin, Kämpferol und Rutin resp. Virgaureoside. Neben Triterpensaponinen findet sich in der Goldrute auch ätherisches Öl, das überwiegend aus Mono- und Sesquiterpenen besteht. Des Weiteren sind Diterpene enthalten.

## Verwendung

Die Goldrute, *Solidago virgaurea* L., ist eines der wichtigsten organspezifischen Nierenmittel in der Phytothe-

rapie. Mit ihrer diuretischen, spasmolytischen, antiphlogistischen, sowie antimikrobiellen Wirkung dient sie als zentrales Basismittel bei der Behandlung vieler Erkrankungen des Urogenitaltraktes. Arzneiliche Zubereitungen aus Goldrute reichen von der klassischen Teetherapie, über Phytopharmaka-Extrakte hin zu alkoholischen Tinkturen. Über die Wirksamkeit liegen zahlreiche Anwendungsbeobachtungen und Studien vor. Die Pflanzenheilkunde nennt für arzneiliche Zubereitungen aus *Solidago virgaurea* L. folgende Indikationsstellung: Zur Erhöhung der Harnmenge und somit Durchspülung bei Entzündungen im Bereich der Niere oder Blase. Entzündliche und bakterielle Erkrankungen der ableitenden Harnwege und die vorbeugende Behandlung bei Harnsteinen und Nierengriess sind typische Anwendungsgebiete der Goldrute. Die Wirkweise wird als diuretisch, schwach spasmolytisch und antiphlogistisch beschrieben. Die Homöopathie nennt als Anwendung ebenfalls Nierenschwäche. Die Goldrute kann auch als Begleitmedikation bei der Harnsauren Diathese dienen. Diese manifestiert sich vielfach, begünstigt durch fehlerhafte Ernährungsgewohnheiten, in Form von rheumatischen und gichtartigen Beschwerdebildern. Der rheumatische Formenkreis, sowie die Anwendung als Blutreinigungsmittel bei chronischen Ekzemen gehören in der Volksheilkunde ebenfalls zu den Anwendungsgebieten der Goldrute.

## Wesen und Signatur nach H. & R. Kalbermatten

*Verbindung, Liebe, Trost, Beziehungsfähigkeit, Fluss der Gefühle*

## Signatur

«In Mitteleuropa findet man drei Arten der Gattung *Solidago*: die einheimische *Solidago virgaurea* L., die Echte oder Gemeine Goldrute, welche die Stammpflanze für die Urtinktur liefert, und die beiden grosswüchsigen, aus Nordamerika eingeschleppten und verwilderten Arten *S. canadensis* und *S. gigantea*. Das Augenfälligste an der Echten Goldrute ist das strahlende goldgelbe Blütenkleid. Zahlreiche Blütenkörbchen bilden dichte, endständige Rispen. Die Gesamtheit der Blüten vermittelt einen harmonischen, vollendeten Eindruck. Betrachtet man jedoch ein einzelnes Blütenkörbchen aus der Nähe, so entdeckt man eine bei den Korbblütlern sehr seltene Unvollkommenheit: Die randständigen Strahlenblüten bilden nicht wie üblich (wie z. B. bei der Sonnenblume) einen vollständigen Kranz, einen lückenlose Blütenkro-

ne. Es bestehen zahlreiche Lücken, so dass die einzelnen Blütenköpfchen unvollständig sind. Durch das dichte Zusammenstehen der Blütenstände jedoch reichen die Strahlenblüten der einen Körbchen in die Lücken der anderen und ergänzen sich auf diese Weise gegenseitig. Gerade die Unvollständigkeit der einzelnen Blüten führt durch die Verbindung und gegenseitige Ergänzung zu einem harmonisch vernetzten Ganzen. Die Echte Goldrute wächst in trockenen, lichten Wäldern, an Waldrändern und Böschungen. Sie tritt nur vereinzelt oder in lockeren Beständen auf und unterscheidet sich dadurch von den nordamerikanischen Arten, die sich sehr stark ausbreiten und mit ihren dichten Beständen die einheimische Flora verdrängen. Im Spätsommer und Herbst leuchten deren gelbe Blütenstände weithin sichtbar und schmücken ihre Standorte – Gärten, Bahndämme, Flussufer und Ödplätze. Die Echte Goldrute hingegen ist ausserordentlich wählerisch in Bezug auf die Harmonie ihrer Standorte. Diese haben meistens einen besonderen Reiz und laden durch ihre Schönheit und Atmosphäre zum Verweilen und Auftanken ein.

Während die eingeschleppten Goldrutenarten durch die sich ausbreitenden, dichten Bestände eine grosse Lebenskraft beweisen, bringt die Echte Goldrute ihre ebenbürtige Vitalität auf eine andere Art zum Ausdruck; sie besitzt eine ungewöhnliche Ausstrahlung mit einer starken emotionalen Anziehungskraft. Zusammen mit Arnika und Johanniskraut gehört die Echte Goldrute wohl zu den Heilpflanzen mit der stärksten Ausstrahlung. Der einfühlsamen Betrachtung entgeht nicht, wie sich die Pflanze bald nach der Ernte auffällig verändert. Noch bevor der natürliche Welkprozess einsetzt, werden die Blüten und Blätter matt und verlieren ihren schönen Glanz. Man spürt, wie die Goldrute unter der Trockenheit leidet und nach Wasser verlangt. Für eine Pflanze, die an trockenen Standorten wächst und naturgemäss mit wenig Wasser auskommt, ist das Ausmass dieser Reaktion ungewöhnlich. Jede Pflanze braucht Wasser; über dieses biologische Erfordernis hinaus besitzt die Goldrute jedoch ein wesenhaftes Bedürfnis nach der Verbindung mit dem Wasser. Die Pflanze behält ihre Ausstrahlung und Schönheit nur in der ständigen Anbindung an das fliessende Element. Abgeschnitten und auf sich allein gestellt, wird sie fad und ausdruckslos, ihrem Wesen entfremdet. Der Geruch und Geschmack ist angenehm erfrischend, leicht

und unaufdringlich aromatisch und erinnert an Honig, eine Andeutung des verbindenden, freundlichen Wesens der Pflanze. Die Signatur der Echten Goldrute bringt ihr auf Verbindung, Ergänzung, Harmonie, Lebenskraft und Fluss ausgerichteten Wesen deutlich zum Ausdruck. Es besitzt alle Merkmale einer harmonischen Beziehung in gegenseitiger emotionaler Ergänzung. Die Goldrute verkörpert auf der psychischen Ebene den Bereich von Partnerschaft, Liebe und Beziehungsfähigkeit. Diesem Bereich entspricht auf der physischen Ebene die Nierenfunktion. Ebenso wie die Goldrute ein spezifisches Nierentherapeutikum darstellt, repräsentiert ihr Wesen die spezifischen Kräfte, die für eine harmonische emotionale Beziehung, für eine echte Freundschaft erforderlich sind. Vielfach sind Nierenfunktionsstörungen der physische Ausdruck einer gestörten Beziehungsfähigkeit, einer Störung in der Wechselwirkung zwischen emotionalem Geben und Nehmen. In solchen Fällen können die Wesenskräfte der Goldrute einerseits zu einer Wahrnehmung und Bewusstwerdung der eigenen Problematik führen, während andererseits die Nierenfunktion angeregt wird. Die Goldrute verbindet, was getrennt wurde. Sie heilt Wunden auf der physischen wie auch im Sinne einer emotionalen Unterstützung auf der psychischen Ebene. Die Pflanze war in früheren Jahrhunderten eines der bewährtesten Wundheilkräuter und trug ursprünglich den Namen «heidnisch Wundkraut». Im lateinischen Solidago (von *solidum agere* = das in der Verwundung Getrennte wieder fest zusammenfügen) kommt auch das verbindende Wesen zum Ausdruck.»

### Wesen

«Durch sein Wesen, das eine innig freundschaftliche Beziehung symbolisiert, verbindet Solidago das Getrennte und Unvollständige zu einem Ganzen. Freundschaft und Liebe verbindet die Menschen und aktiviert die Energien, die eine gesunde Nierenfunktion ermöglichen. Wenn der harmonische Fluss der verbindenden Gefühle versiegt, wenn Enttäuschungen, Frustrationen und Schuldgefühle Beziehungen blockieren, wird die psychische Energie geschwächt und die Nieren leiden. Die Goldrute ist das spezifischste Nierenfunktionsmittel. Sie ist insbesondere bei Nierenleiden angezeigt, die mit schmerzlichen Erfahrungen in Beziehungen und Partnerschaften und bei Beziehungsverlusten zusammenhängen.»

### Referenzen

1. Hänsel, R. & Steinegger, E. Hänsel / Sticher Pharmakognosie Phytopharmazie. (Wissensch. Verlagsgesellschaft GmbH, Stuttgart, Deutschland, 2015).
  2. BGA/BfArM (Kommission E). Solidago (Goldrute). Bundesanzeiger 193, (1987)
  3. Madaus, G. MADAU'S LEHRBUCH DER BIOLOGISCHEN HEILMITTEL BAND 1-11. (mediamed Verlag, Ravensburg, 1990).
  4. BGA/BfArM (Kommission D). Solidago virgaurea. Bundesanzeiger 29a, (1986)
  5. Committee on Herbal Medicinal Products (HMPC). Community herbal monograph on Solidago Virgaurea. EMA/HMPC/285758/2007 (2008).
  6. Hänsel, R., Keller, K., Rimpler, H. & Schneider, G. Hagers Handbuch der Pharmazeutischen Praxis Band 5 Drogen P-Z. (Springer Verlag Berlin Heidelberg, 1994).
  7. Kalbermatten, R. & Kalbermatten, H. Pflanzliche Urtinkturen. (AT Verlag, Aarau, Schweiz, 2014).
  8. Kalbermatten, R. Wesen und Signatur der Heilpflanzen. (AT Verlag, Aarau, Schweiz, 2016).
- Bilder: Roger Kalbermatten, Kesswil.