

## Wildpflanzen aus unserem Biosphärenreservat – Infos und Tipps von unserer Kräuterpädagogin Petra Knoll

### Gewöhnlicher Wasserdost *eupatorium cannabinum*

#### Ein Kraut, nicht nur für Wettermacher und Schnupfennasen



Der Wasserdost beeindruckt derzeit mit seinen duftenden Blüten in pudrigem rosa den interessierten Wanderer. Wie der Name schon vermuten lässt, wächst er gerne in größeren Beständen am Wasser und besiedelt auch feuchte Stellen im Wald. Wegen seiner handförmig geteilten, hanfähnlichen Blätter wird er auch *Wasserhanf* genannt. Mit

dem Dost (Oregano) hat er allerdings nichts zu tun. Der echte Dost ist ein Lippenblütler. Der Wasserdost gehört dagegen zur Familie der Korbblütengewächse mit einer schirmförmigen Trugdolde, auf der sich viele kleine rosa Einzelblüten finden. Die mehrjährige Pflanze blüht von Juni bis September und kann eine stattliche Höhe von 1,80 m erreichen. Die hohen „Büsche“ wirken im Sommer fast wie ein Gehölz.

#### Wasserdost und das Wetter

Die volkstümlichen Namen des Wasserdost erzählen Geschichten aus früheren Zeiten und handeln von Wetter, Wasser und Regenzauber. So wurde am Tag der Heiligen Kunigunde, einem Lostag der Bauern für die kommende Ernte („Wenn es an Kunigunde friert, man es noch 40 Tage spürt“), ein Wetterzauber mit der Pflanze durchgeführt. Daher rührt der Name *Kunigundenkraut*. Das *Donnerkraut* ruft Gewitter herbei und *Blauwetterkühl* lässt den heißen, blauen Sommerhimmel wieder kühl werden.

Rutengeher sehen im Wasserdost einen pflanzlichen Anzeiger für eine Störzone unter der Oberfläche, denn er wächst bevorzugt auf Wasseradern.

#### Wasserdost und die Grippe

In der Volksheilkunde wurde der Wasserdost lange als harntreibendes, abführendes und die Galle anregendes Mittel genutzt. Er wurde bei Leberleiden und als Tonikum gegen Fieber und Rheuma eingesetzt und sogar nach dem Biss einer giftigen Schlange. Inzwischen wurde nachgewiesen, dass die Pflanze leberschädigende Pyrrolizidin-Alkaloide enthält, weshalb von Anwendungen über einen längeren Zeitraum in hoher Dosierung abgeraten wird.

Mit dem *Durchwachsenen Wasserdost* (*Eupatorium perfoliatum*) hat unser heimischer Wasserhanf einen nahen Verwandten aus Nordamerika, der bereits von den Ureinwohnern gegen Fieber eingesetzt wurde. Diese Indikation blieb bis in unsere Zeit erhalten. Der *Durchwachsene Wasserdost* hat im Gegensatz zu unserer heimischen Art den Vorteil, dass er keine Pyrrolizidin-Alkaloide enthält. Er wird heute hauptsächlich in der Homöopathie bei grippalen Infekten eingesetzt.

## Wasserdost und die Tierwelt



er Lebensraum für viele Insekten.

Wenn der Wasserdost blüht, wird er von zahlreichen Insekten umschwirrt. Der Kaisermantel wird von ihm magisch angezogen aber auch die schöne und geschützte Spanische Flagge, auch Russischer Bär genannt, können wir daran beobachten. Die Raupen vieler Schmetterlingsarten nutzen ihn als Nahrungspflanze und auf seinen Blüten wurden 35 verschiedene Falterarten gefunden. Honigbienen, Hummeln, weitere Wildbienen sowie zahlreiche Schwebfliegen schwärmen für den Wasserdost. Auch den Garten bereichert die mächtige Wildstaude als Uferbepflanzung für einen großen Gartenteich und an feuchten, halbschattigen Standorten. In Kombination mit anderen heimischen „Giganten“ wie Waldgeißbart, Baldrian oder dem Schmalblättrigem Weidenröschen bietet

**„Das Äußere einer Pflanze ist nur die Hälfte ihrer Wirklichkeit“**

**Johann Wolfgang von Goethe**



### **Wichtige Hinweise:**

Grundsätzlich sollten keine Kräuter gesammelt werden, die man nicht genau kennt, denn viele Kräuter haben giftige Doppelgänger. Nicht an Straßen oder gedüngten Feldern sammeln und nie die ganze Pflanze pflücken oder herausreißen.

Die Rezepte, Ratschläge und Tipps sind nach dem aktuellen Wissensstand sorgfältig erarbeitet. Dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr. Der Autor haftet nicht für eventuelle Schäden und Nachteile, die aus den Hinweisen resultieren.

Die in diesem Artikel enthaltenen Ratschläge ersetzen nicht die Untersuchung und Betreuung durch einen Arzt.

Quellen:

- Was blüht denn da?, Kosmos Verlag, ISBN 978-3-440-11490-2
- Unsere Heilkräuter, Dr. Ursula Stumpf, Kosmos Verlag, 978-3440-14980-5
- Gefährten am Wegesrand, Dr. Ursula Stumpf, Kosmos Verlag, ISBN 978-3-440-16041-1
- Wildpflanzen zum Genießen, Rita und Frank Lüder, kreativpinsel Verlag, ISBN 978-3-9814612-0-6
- Die Kräuter in meinem Garten, Hirsch & Grünberger, freya Verlag, ISBN 978-3-902134-79-0
- Das neue Handbuch der Heilpflanzen, Kosmos Verlag, ISBN 978-3-440-12932-6
- Mein Garten - Ein Bienenparadies, Bruno P. Krämer, Haupt Verlag, ISBN-978-3-258-07844-1
- Tiere Pflanzen, Ulrike Aufderheide, pala Verlag, ISBN 978-389566-388-3
- [www.ptaforum.pharmazeutische-zeitung.de](http://www.ptaforum.pharmazeutische-zeitung.de)
- [www.deutsche-apotheker-zeitung.de](http://www.deutsche-apotheker-zeitung.de)

Texte und Fotos von Petra Knoll

