



MUTTERKRAUT, HILFE BEI MIGRÄNE

ROLAND VONTOBEL ist diplomierter Drogist und kantonally approbierter Naturarzt. In Teufen führt er seit 1998 die Praxis Tannenhof.

Text ROLAND VONTOBEL // Illustration WERNER MEIER

Ubi malum, ibi remedium – wo die Krankheit, da das Heilmittel – lautet ein alter Grundsatz der Pflanzenheilkunde. Da ist es möglich, dass ein ungerufenes Kraut den Garten besiedelt, das imstande ist, aufgetretene gesundheitliche Störungen einer Bewohnerin, eines Bewohners zu beseitigen. Handelt es sich dabei um einen Zufall, oder sind da andere Gesetzmässigkeiten am Werk? Im Garten einer Migränepatientin wuchsen plötzlich imposante Mutterkrautpflanzen. Die wie bestellt gelieferten «Neuzügler» boten sich der Leidenden als wertvolle Arznei gegen ihre Kopfschmerzen an. Das Kauen der Blüten und Blätter erwies sich bereits bei den ersten Anzeichen einer Migräneattacke als sehr hilfreich.

Das Mutterkraut (*Tanacetum parthenium* L.) aus der Familie der Körbchenblüter ist seit dem Altertum bekannt als Pflanze mit vielen guten Eigenschaften. Es wurde schon früh wegen seiner fiebersenkenden Eigenschaften genutzt, wie sein englischer Name «feverfew» andeutet, sowie bei menstrualen Pro-

blemen, Verdauungsstörungen, Psoriasis und vieles mehr. Heute wird es aber vor allem als Migräneprophylaxe eingesetzt.

Das kamillenartige Gewächs mit herbaromatischem Duft stammt aus dem Balkan, inzwischen trifft man es auch in Europa und Nordamerika an. Es passt sich allen Böden an, sogar kalkigen, und wächst vor allem in Gärten oder entlang von Mauern und an feuchten Stellen. Medizinisch genutzt werden Stiel und Blätter während der Zeit der Blüte, wenn die Wirkstoffkonzentration am höchsten ist.

Das Mutterkraut wurde von Paracelsus, Dioskurides und Galenos gegen Gebärmutterleiden und zur Geburtserleichterung eingesetzt und auch von Hildegard von Bingen sehr geschätzt. Eine Untersuchung in einer Migräneklinik in London ergab, dass viele Testpatienten weniger schwere Anfälle zu beklagen hatten. Ich verwende Mutterkraut in meiner Praxis als Tropfen. Diese müssen über längere Zeit eingenommen werden. Ideal zur Migräneprevention wäre die Kombination mit Weissdorn.