

Heilpflanze des Jahres 2009

Die Ringelblume

Calendula officinalis

Ordnung: Asternartige (Asterales)
Familie: Korbblütler (Asteraceae)
Unterfamilie: Asteroideae
Tribus: Calenduleae
Gattung: Ringelblumen (*Calendula*)



2009 wurde durch den Naturheilverein Theophrastus die Ringelblume zur Heilpflanze des Jahres gewählt. Sie gehört seit Jahrhunderten zu den am weitest verbreiteten Heilpflanzen.

Allgemeines

Bereits Hildegard von Bingen verwendete die Pflanze als Ringula oder Ringella. Auch in der Krebstherapie wurde die Ringelblume bis ins 19. Jahrhundert genutzt.

Name

Calendula officinalis

Studentenblume, Ringelrose, Feminell, Goldblume, Goldrose, Marienrose, Regenblume, Sonnenwendblume, Totenblume, Weckbröselchen, Rinderblume, Monatsblume, Gartendotterblume, Warzenblume, Stinkblume, Weinblume, Ringelken, Ringeln, Butterblume, Dotterblume, Blesch, Brüggams, Dannblume, Donnblume, Gelken, Gilken, Goltje, Hünneblume, Jungerblume, Ringeli

Calendula: vom lat. *calendae* – 1. Tag des Monats, die Pflanze blühen mehrere Monate lang bzw. die Blüten öffnen sich mit dem Sonnenaufgang und schließen sich mit dem Sonnenuntergang. Der Name könnte auch von „*calthula*“ kommen, das sind gelbe Frauenkleider oder von „*calathus*“ = geflochtener Korb, da die Ringelblumen Körbchenförmig sind und in Blütenkörbe eingeflochten wurden.

Ringelblume: ringförmige Form der Früchte

officinalis: Verwendung als Heilpflanze – *officina* ist die Apothekenwerkstatt

Totenblume: Verwendung als Grabpflanze wegen der langen Blühdauer

Verbreitung und Lebensraum

Ringelblumen kommen wild und gezüchtet in Europa, Westasien und in den USA vor. Die mitteleuropäische wilde Acker-Ringelblume (*Calendula arvensis*) ist inzwischen sehr selten geworden und somit streng geschützt.

Sonnige Standorte werden bevorzugt, die Garten-Ringelblume kommt auch in Blumenwiesen, Gärten, Parkanlagen und Friedhöfen vor. Gerne wird sie auch in Blumenkästen und Kübel gesät bzw. gepflanzt

Aussehen

Einjähriger Korbblütler, selten überwintert oder zweijährig

Die Pflanze ist 30 bis 60 cm hoch und besitzt einen aufrechten, kantigen, oben teilweise verzweigten und filzig behaarten Stengel.

Die breitlanzettlichen Blätter sind mittel bis hellgrün und filzig behaart und stehen wechselständig am Stengel. Sie sind ganzrandig oder schwach gezähnt und am Blattrand bewimpert. Unten am Stengel sind sie spatelförmig und kaum gestielt. Ihre Breite beträgt 1 bis 3, selten bis 6 cm, ihr Länge 3 bis 12, selten bis 18 cm.

Die Pfahlwurzel wird bis etwa 20 cm lang und ist spindelförmig und faserig verzweigt.

Ab Juni erscheinen zwei bis fünf Zentimeter breite, endständige hellgelbe bis kräftig orange Blütenkörbchen mit ein oder zwei Reihen Hüllblättern. Diese 12 bis über 40 Hüllblätter sind 10 bis 12 mm lang. Außen wachsen (30) 60 bis über 150 lange, weibliche, an der Spitze dreizählige Zungenblüten (Strahlenblüten) ohne Pappus. Innen befinden sich 30 bis über 50 Röhren- und Scheibenblüten. Die Zungenblüten können bei Zuchtformen auch mehrreihig stehen. Die Staubblätter sind zurückgebildet.

Samen und Vermehrung

Aus den außen liegenden Zungenblüten bilden sich die ringförmigen Klettfrüchte, sog. Achänen, diese werden v.a. durch Tiere verbreitet. Sie sind 9 bis 15, selten bis über 25 mm lang. Weiter zur Blütenmitte hin entstehen leichtere kahnförmige Napffrüchte mit häutigen Anhängseln, diese werden durch Wind und Regen verbreitet. Ganz in der Mitte bilden sich wurmförmige Früchte welche von Wind und Ameisen verbreitet werden. Die Samen tragen keinen Pappus.

TKG: 4 – 12 g

Ringelblumen werden im April gesät und blühen dann von Juni bis in den Spätherbst. Sie sind selbstunverträglich, sollten also nicht mehrmals am gleichen Standort angebaut werden.

Nutzen als Heilpflanze

Verwendete Pflanzenteile:

Calendulae flos (*Flores Calendulae*, *Flores Calendulae sine calycibus*, *Calendulae flos sine calyce*, *Flores Feminell*): Ringelblumenblüten, die völlig entfaltet, vom Blütenstandsboden abgetrennt, getrockneten Zungenblüten.

Calendulae flos cum calyce (*Flores Calendulae cum calycibus*): Ringelblumenblüten, die getrockneten, grob zerkleinerten Blütenkörbchen.

Calendulae herba (*Herba Calendulae*): Ringelblumenkraut, die zur Blütezeit gesammelten und getrockneten oberirdischen Pflanzenteile.

Wirkstoffe und deren Wirkung:

Calendulae flos und *C. flos cum calyce*: Triterpensaponine, Triterpenalkohole, Sterole, Carotinoide, Flavonoide, Cumarine, äther. Öl. Dadurch antimikrobielle, antiphlogistische, wundheilungsfördernde, immunstimulierende, sedative, hypotensive und östrogenartige Wirkung.

Calendulae herba: äther. Öl, Carotinoide, Saponine, Phytosterol, Loliolid.

Wundheilende Wirkung durch die Saponine, Triterpene und Flavonoide, diese Wirkstoffe haben entzündungshemmende und antimikrobielle Wirkung. Außerdem granulationsfördernd, immunstimulierend und östrogenwirkend.

Anwendung:

Calendula flos und Calendulae flos cum calyce: Verwendung bei schlecht heilenden Wunden, vergrößerten und entzündeten Lymphknoten, Ulcus cruris, Atherome, akuten und chronischen Hautentzündungen. Innerlich bei lokalen Schleimhautentzündungen, Magen- und Darmulcera. Außerdem zur Hautpflege. In der Volkheilkunde auch bei allen Entzündungen, bei Fieber, Krämpfen und als Wurmmittel.

Calendula herba: Verwendung in der Volksheilkunde zur Wundbehandlung, bei Hauterkrankungen und als Gurgelwasser bei Entzündungen. Außerdem bei Angina, hohem Blutdruck, Husten und Krämpfen.

Weitere Nutzungsmöglichkeiten

Salate und eßbare Dekoration: sowohl Blätter als auch die Blüten können gegessen werden, dies sollte jedoch nicht in größeren Mengen geschehen.

Schon im Mittelalter wurde ein Absud aus der Ringelblume zum Tönen von blonden Haaren benutzt.

Wetterpflanze die ihre Blüten bei schlechtem Wetter schließt.

Im Gartenbau werden Randbepflanzungen mit Ringelblumen zur Nematodenabwehr durchgeführt. Außerdem dienen sie als Gründünger.

Färbemittel für Butter und Käse.

Verwendung der Zungenblüten als Safranersatz.

Gefährdung

Die Ackerringelblume ist durch die Intensivierung der Landwirtschaft, v.a. durch die Verwendung von Herbiziden sehr selten geworden.

Die Gemeine Ringelblume verträgt keine staunassen Böden, dort leidet sie unter Mehлтаubefall. Gelegentlich kommt auch Blattlausbefall vor.

Verschiedenes

Bei Katzen wirken größere Mengen des ätherischen Öls der Ringelblume tödlich.

Quellen und Bilder:

www.awl.ch/heilpflanzen

www.nabu.de

www.heilkraeuter.de

www.kindernetz.de

www.nhv-theophrastus.de

www.Natur-Lexikon.com

www.br-online.de

www.tee.org

www.kraeuter-verzeichnis.de

www.wikipedia.de

www.feenkraut.de