

## Mannstreu - *Eryngium campestre*

wird auch Feldmannstreu, Allermannsharnisch, Brachdistel und Ziegenbart genannt. Doldenblütler. Es gibt auch den etwas kleineren Alpenmannstreu (*Eryngium alpinum*).



### **Pflanzenbeschreibung:**

Jetzt im Herbst findet man den Feldmannstreu bei uns in den Weinbergen, auf trockenen Äckerrändern und ungenutzten Feldern. Der blühende Mannstreu leuchtet zwischen den anderen Pflanzen herrlich in einem matten wunderschönen Blau hervor. Vor Wildfraß schützt er sich durch viele kleine Stacheln und Dornen an Blättern, Blüten und Früchten. Die Pflanze wird bis zu 1,40 m hoch. Sie hat eine bis zu 2 m tiefe zylindrische Wurzel, mit der die Pflanze große Kälte und Trockenheit überleben kann. Die Dolden haben viele lineare Hochblätter. Dichte Blüten sind im Juli /August zu sehen.

Eine Eigenart der Pflanze ist, dass die Sprossen, wenn sie ausgereift sind, vom Wind abgerissen werden und dann wegrollen. Die Früchte werden ausgestreut. In Osteuropa nennt man diese Sprossen „Bodenroller“ oder „Steppenhexen“. Sie verhaken sich an anderen Pflanzen und werden auch „Klettfrüchte“ genannt.

**Vorkommen:** Europa, Osteuropa, wird auch als Gartenpflanze angebaut

**Verwendete Pflanzenteile :** Wurzel

**Sammelzeit:** September und Oktober.

**Inhaltsstoffe:** Saponine, ätherische Öle, Phytosterine, Flavonoide, Salze

**Homöopathisches Mittel:** Succus Eryngii bei Lungenleiden

**Homöopathisches Medikament:** *Eryngium campestre* ab D1 bei Ödemen.

### **Wirkung und Anwendung**

Nach einem alten Medicinlexicon von 1755 soll die Wurzel eine aphrodisierende Wirkung haben, aber auch bei Milzstauung, Nierenleiden mit Harnverhaltung und Nierensteinen helfen. Sie galt früher als „Männermittel“ und wurde pulverisiert Männern im mittleren Alter gegeben.

Der Mannheimer Arzt Dr. Hoffmann hatte die Blätter bei Schwindsucht verordnet. In Sibirien kochte man die Wurzel und die Blätter und trank den Absud gegen Wassersucht, Schwächezustand und bei Wechselfieber. In Russland ist er als geburtserleichterndes Mittel und als geschätztes Volksmittel bei Koliken, Husten, Lungenleiden und als „Schreckmittel“ bekannt.

## **Volksglaube und Mythologie**

Die verzweigten Wurzelfasern gaben der Pflanze den Namen „Ziegenbart“ und bereits im 1. Jhdt. taucht sie in griechischen Schriften auf. Auch Plinius beschreibt sie als potenzsteigernde Pflanze „welcher mann ein solch wurtzel trägt machet ein holdselig gegen den frawen“ (Zitat). Eine Legende beschreibt die Liebe eines griechischen Fischers mit der Dichterin Sappho (ca. 600 v. Z.). Als er ihre Liebe nicht erwiderte, soll sie sich ins Meer gestürzt haben. Der Name „Mannstreu“ und die Pflanze galten jahrhundertlang als Liebesmittel.

## **Alte Rezepte**

**Tee:** 1 TL Wurzel mit ¼ l kochendem Wasser übergießen und kurz ziehen lassen. Dann absieben – bei starker Verschleimung drei Tassen am Tag.

Vor allem bei Wasseransammlungen im Gewebe, in Füßen und Beinen, kann man diesen Tee trinken. Und mit einer alkoholischen Tinktur aus der Wurzel die Beine und Füße einreiben.

**Quellenangabe:** Lehrbuch der Biologischen Heilmittel, 1938, Dr. Med. Gerhard Madaus. Siegrid Hirsch und Felix Grünberger, Kräuter in meinem Garten, Freya Verlag  
Eigene Recherchen

**Text:** Barbara Wallochny im September 2012

**Fotos:** Heike Sauer