

STIEFMÜTTERCHEN

PFLANZE DES MONATS FEBRUAR 2011

Die Bezeichnung Stiefmütterchen, die erst im 18. Jh. geprägt wurde, geht offenbar auf den Volksmund zurück. Astrid Thurner, Heilkräuterexpertin und Drogistin, erklärte anlässlich unserer Kräuterwanderung in Savognin sehr eindrücklich den Grund für diesen Namen. Danach bilden die beiden obersten Blütenblätter zwei Stühle, die die Stiefmutter für sich in Anspruch nimmt, auf den beiden seitlichen sitzen die eigenen Töchter, während sich die Stieftöchter mit dem untersten begnügen müssen. In der Aargauer Benennung Schwigerli oder der St. Gallischen Schwögerli, ist die Stiefmutter offenbar durch die Schwiegermutter ersetzt.



Viola tricolor gehört zur Familie der Veilchengewächse (Violaceae) und ist in allen gemäßigten Zonen Europas und Asiens beheimatet. Sie gedeiht auf fast allen Bodenarten. Sie ist eine Pflanze, die auf Wiesen, vor allem aber auch als Ackerunkraut häufig vorkommt. Wasser- und Fettwiesen sagen ihr zu. Auf Kalk allerdings ist sie selten anzutreffen, so dass man sie geradezu als Kalkflüchter bezeichnen kann. *Viola tricolor* ist ein typischer Begleiter des Roggens. Die Pflanze blüht oft schon im April und bis in den Oktober hinein können wir sie so finden.

Zu Heilmittelzwecken werden zwei Arten von Stiefmütterchen verwendet, nämlich das gelblich- weissfarbene Acker-Stiefmütterchen (*Viola tricolor* subsp. *arvensis*) und das etwas größere violettfarbene Wiesen-Stiefmütterchen (*Viola tricolor* *vulgaris*). Die zahlreichen großblütigen Garten-Stiefmütterchen finden aber keine medizinische Verwendung. Die medizinischen Arten besitzen leicht schweiss- und harntreibende Effekte, sie helfen bei Husten den Schleim zu lösen und regen den Stoffwechsel an. Dank den verschiedenen Inhaltsstoffen wie Peptiden und den antioxidativ wirkenden Flavonoiden, besitzen sie auch entzündungshemmende (kortisonähnliche) Eigenschaften. Aus diesem Grund setzten wir das Stiefmütterchen in unserer Drogerie hauptsächlich als reizlinderndes Mittel bei Säuglingsekzem, Ekzem, Milchschorf, chronischen Hauterkrankungen und Akne ein. Es ist Bestandteil unseres spagyrischen Hautausschlags-Sprays zusammen mit *Cardiospermum* (Herzsame/Ballonrebe), *Vinca minor* (Immergrün), Propolis (Bienenharz) und *Rhus-tox.* (Giftsumach) Zusätzlich kann das *Viola*, zusammen mit Kamille, Melisse und Minze für Waschungen zur Beruhigung der Haut verwendet werden.

Von Goethe wird berichtet, dass er auf seinen ausgedehnten Spaziergängen im Umland der Stadt Weinmar oft Veilchensamen mit sich führte und diese verstreute, um so die Welt zu verschönern.