

Der Gundermann im südlichen Alpenraum

Glechoma hederacea

von Sybille Zadra

Die Gundelrebe wird in Südtirol vorwiegend Gundermann oder auch Wundrebe genannt. Weitere volkstümliche Bezeichnungen sind etwa Gundelreb', Wunderebe, Kranzlkraut. In der dritten offiziellen Landessprache Südtirols im Ladinischen trägt die Gundelrebe die Bezeichnung Èdera terrestre, was so viel bedeutet wie Erd-Efeu.

Die Gundelrebe kommt immer wieder in der Mythologie vor, auch wenn es sich in den antiken Schriften nicht ausdrücklich nachweisen lässt, ob sie den antiken Kulturen des Mittelmeeres bekannt war. Mit Sicherheit nahm sie aber in der nordischen Heilkunst eine sehr wichtige Rolle ein.

Die deutsche althochdeutsche Bezeichnung *gundereba* kann als Hinweis angesehen werden, dass die germanischen Völker in dieser Pflanze einen Vegetationsgeist sahen. Sie zählte gemeinsam mit anderen Heilkräutern wie etwa die Hauswurz, der Edel-Gamander, der Quendel zu den Gundkräutern. Das Wort Gund bedeutet so viel wie flüssiges, auch giftiges (eitriges) Körpersekret und sie wurden so benannt, weil sie auf nässende und eiternde Körperstellen gelegt wurden und diese heilen konnten.



Blüte der Gundelrebe

Foto: Sybille Zadra

Die Anwendung der Gundelrebe als Wundkraut oder Wundrebe wird bis heute in der Tiroler Volksmedizin überliefert: so sollen 77 Blätter (7 als heilige Zahl) der Gundelrebe eine rasche Heilung bewirken, wenn sie auf Wunden gelegt werden.

Höfler beschreibt in seinem 1908 erschienen Buch „Volksmedizinische Botanik der Germanen“, dass sich die Gundelrebe bei einem eitrigem Milchfluss der stillenden Mutter bewährte. Diese Heilwirkung wurde wahrscheinlich von den Tieren übertragen, denen man Gundelrebe verfütterte, um deren Milchförderung anzukurbeln. Den Namen Kranzlkraut bekam dieses Wildkraut, weil die erste Milch nach dem Kalben durch einen Gundelrebenkranz gemolken wurde, damit das Kalb mit einer guten Milch

aufwachsen konnte. So gilt bis heute die Gundelrebe im Volksglauben Südtirols als Mittel gegen die Verhexung der Milchkühe.

Die hohe Wertschätzung in der älteren Volksmedizin beweist wohl die Tatsache, dass die Gundelrebe als Bestandteil des „Dreißigenstraußes“ oder „Frauenstrauß“ in Südtirol gilt. Die Bezeichnung „Dreißigenkraut“ rührt aller Wahrscheinlichkeit nach von den Tagen zwischen Maria Himmelfahrt, am 15. August, und ihrer Geburt, dem 8. September, die auch „Frauendreißiger“ genannt werden. Es handelt sich beim Dreißigenstrauß um Pflanzen aus der Frauenheilkunde und ist der Gottesmutter Maria geweiht. Seit wann es diesen Brauch

gibt, ist recht unklar. Belege finden sich zumindest seit dem Mittelalter. Die Tatsache, dass es sich um einen Strauß, die der Heiligen Maria geweiht ist, handelt, kann einen möglichen Hinweis darstellen, dass dieses Fest im Zusammenhang mit einer ursprünglichen, etwa keltischen, weiblich angesehenen Vegetationskraft steht. So wird etwa in Gröden der Hochunserfrauentag bis heute als „la madona d’agost“ (die Madonna im August) bezeichnet.

Heute werden die „Dreißigenkräuter“ in den meisten Gemeinden Südtirols um Maria Himmelfahrt geweiht. Der ursprüngliche Brauch sah den Termin 8. September, also Mariä Geburt, am Ende der sogenannten Hundstage, sammelt und weiht. Erst im vorigen Jahrhundert, nachdem der 8.9. nach dem 1. Weltkrieg in Italien als Feiertag abgeschafft worden war, wurde dieser Brauch auf den 15. August vorverlegt. Aber dieser Umstand trägt, wenn auch in veränderter Weise, heute noch dieser Zeitspanne, nach denen die Dreißigenkräuter benannt sind, Rechnung.

Der „Kräuterbuschn“ wird meist aus 7, 9, 33 oder 77 Kräutern – drei, sieben und neun als heilige Zahlen der Germanen – mit einigen regionalen Unterschieden, zusammengestellt. Immer wieder vorkommende Wildkräuter im Kräuterbuschn sind neben der Gundelrebe folgende:

Baldrian	Königskerze	Rosmarin
Brennnessel	Kornrade	Schafgarbe
Dill	Kugeldistel	Seidelbast
Farnkräuter	Liebstöckel	Spitzwegerich
Goldrute	Majoran	Tausendgüldenkraut
Haselnuss	Melisse	Thymian
Himbeerlaub	Mutterkraut	Traubenkirsche
Immergrün	Pfefferminze	Wermut
Johanniskraut	Quendel	
Kamille	Rainfarn	

Der geweihte Strauß wird am Dachboden getrocknet und gilt als Vorrat gegen Krankheiten und als Schutz vor Unwettern und bösem Zauber. Bei einem herannahendem Unwetter werden heute noch Teile des Dreißigenstraußes ins Herdfeuer geworfen oder den Tieren unters Futter oder kranken Menschen unters Essen gemischt, um sie vor Krankheiten zu schützen.

Die Kräuter werden vor allem im Hochsommer gesammelt, da diese nachgewiesener Weise bei höheren UV-B-Sonneneinstrahlungswerten auch reichhaltigere Inhaltsstoffe, vor allem die ätherischen Öle und Flavonoide, aufweisen.

In der Volksmedizin wird der Gundelrebe nachgesagt, dass es kaum eine Krankheit gibt, die



Gundelrebenblätter samt Knospe

Foto: Sybille Zadra

nicht von ihr geheilt werden könnte.

Des Weiteren zählt die Gundelrebe in Südtirol zu jenen Kräutern, die in die Gründonnerstagsuppe gelangen. Da es sich zumeist um die ersten Frühjahrskräuter handelt, die auch entsprechend vitaminreich und entschlackend sind, wurde dieser speziellen Suppe bis ins letzte Jahrhundert im deutschen Raum eine abführende und blutreinigende Wirkung bei Mensch und Tier nachgesagt.

In vorchristlicher Zeit wurden die sogenannten „Unser Frauen Bettstrohkrauter“ gesammelt, die bei unseren germanischen Vorfahren der Göttin Freya geweiht waren. Sie sollten Mutter und Kind während der Geburt vor bösem Zauber schützen. Dabei wurde die gebärende Mutter auf diese wohlriechenden Kräuter gebettet.

Neben der Gundelrebe finden sich auch hier folgende Kräuter:

Dost	Leinkraut
Echter Ziest	Quendel
Kamille	Thymian
Labkraut	Waldmeister

In der Volksmedizin Südtirols wird die Gundelrebe heute noch als Tee bei Atemwegserkrankungen, Leberverhärtung und Lungenleiden empfohlen. Schwer heilende Wunden und Geschwüre werden hingegen mit Umschlägen eines Absuds der Gundelrebe behandelt. In Vollbädern kann der Absud die Schmerzen der Gicht mildern und in Kissen gefüllt, wird das Kraut bei Leberverhärtung und Darmkatarrh aufgelegt.

In wissenschaftlichen Untersuchungen konnten in der Gundelrebe ätherische Öle, β -Sitosterin, Gerbstoffe sowie Glechomin (Bitterstoffe) nachgewiesen werden. Bezüglich der volksmedizinischen Anwendungen fehlen derzeit jedoch noch wissenschaftliche Untersuchungen.

Quellen:

Achmüller, Arnold, „Teufelskraut Bauchwehblüml Wurmto. Das Kräuterwissen Südtirols“, Raetia Verlag, Bozen 2012

Höfler Max, „Volksmedizinische Botanik der Germanen“, Verlag für Wissenschaft und Bildung, Wien 1908