# SOLIDAGO VIRGAUREA

Carolina Gisel Matti

## STECKBRIEF

| | |
|---|---|
| Name | Solidago virgaurea / Echte Goldrute |
| Familie | Asteraceae / Korbblütler |

Bei Ödemen infolge eingeschränkter Herz- oder Nierentätigkeit darf die Goldrute nicht zur Durchspülungstherapie verwendet werden. Weitere Anwendungsbeschränkungen sind nicht bekannt.

| | |
|---|---|
| Verwendete Droge | Solidaginis virgaureae herba / Echtes Goldrutenkraut: Die getrockneten, ganzen oder zerkleinerten, blühenden, oberirdischen Teile. |
| Inhaltsstoffe | Flavonoide, Triterpensaponine, ätherisches Öl, Diterpene, Phenolglykoside |
| Wirkungen | Harntreibend, entzündungshemmend, krampslösend |
| Indikationen | Harnwegsinfektionen, Blasenentzündung, zur Anregung der Diurese |
| Kontraindikationen | Ödeme infolge eingeschränkter Herz- und Nierentätigkeit |
| Unerwünschte Wirkungen | Allenfalls leichte Magenbeschwerden. |
| Interaktionen | Keine bekannt. |
| Zubereitung und Dosierung | **Zubereitungen:** geschnittenes (Echtes) Goldrutenkraut als Tee, Trockenextrakte in Tabletten, Kapseln und Instant-Tees, alkoholische Auszüge in Tropfen und Saft, Fluidextrakt in Tropfen, wässrige Auszüge in Lösungen, homöopathische Urtinktur in Tropfen. **Dosierung:** Fertigarzneimittel: siehe Packungsbeilage; Teeaufguss: 2- bis 4-mal täglich eine Tasse (Echtes) Goldrutenkrauttee zwischen den Mahlzeiten trinken; mittlere Tagesdosis 10 bis 20 g Droge. Sinnvoll ist eine Kombination mit anderen Drogen wie Hauhechelwurzel, Orthosiphonblätter, Birkenblätter oder Brennnesselblätter (Blasen- und Nierentee, Harntee). 3 bis 5 g (1 bis 2 Teelöffel) fein geschnittenes Echtes Goldrutenkraut mit ca. 150 ml siedendem Wasser übergiessen und nach 10 bis 15 min. abseihen. |

## BOTANIK

*Wird auch zum Färben von Wolle oder Baumwolle verwendet.*

| | |
|---|---|
| Vorkommen | Eher trockene, nährstoffärmere Standorte wie in lichten Wäldern, an Waldrändern, auf Heiden und Weiden. An solchen Standorten ist die Echte Goldrute in Mitteleuropa weit verbreitet. |
| Statur | Ausdauernde krautige Pflanze, Wuchshöhen bis zu 100 Zentimeter. |
| Wurzelstock | Knotig. |
| Stängel | Meist im oberen Bereich verzweigt. |
| Blätter | Wechselständig, gezähnt, die unteren stielartig verschmälert, die oberen lanzettlich und sitzend. |
| Blüten | Die Köpfchen sind kurzstielig an den Spitzen der Äste angeordnet. Die mehrreihigen, dachziegelartig angeordneten Hüllblätter sind gelblichgrün. Die mittleren Blüten sind Röhrenblüten, die fünf Zipfel haben. Die randlichen Blüten haben an einer Seite eine grosse, gelbe Zunge. |
| Blütezeit | Juli bis Oktober. |

**Geschichte**

Der Gattungsname Solidago ist aus dem Lateinischen und von solidus (gesund, fest), unter Bezugnahme auf die Heilwirkung der Heilpflanze abgeleitet. Der lateinische Artname setzt sich aus virga (Rute) und aureus (golden) aufgrund von Form und Farbe des Blütenstandes zusammen. Die leuchtend gelbe Farbe der Blüten führte wohl zum deutschen Namen „Goldrute“, der allerdings für die ganze Gattung verwendet wird, das führte bei dieser Art zur Zusatzbezeichnung „Echte Goldrute“.

Quellen: www.pharmawiki.ch, www.awl.ch, www.arzneipflanzenlexikon.info