

chW *Scriptum*

Phytopharmacognosie *unique*

**Goldgarbe, *Achillea filipendulina***



ch  
c.hinterseher

chW wissenschaftliches Begleitmaterial

© chW 2023

chW c.hinterseher *Wissen!*

[www.c-hinterseher-wissen.com](http://www.c-hinterseher-wissen.com)

[info@c-hinterseher.de](mailto:info@c-hinterseher.de)

Christoph Hinterseher

Preysingstraße 1

81667 München

Tel.: 089-4411 85 38



# Inhaltsverzeichnis

Phytopharmacognosie <i>unique</i> .....	1
Goldgarbe, <i>Achillea filipendulina</i> .....	1
Einleitung .....	4
Historie .....	4
Nomenklatur .....	4
Botanik .....	5
Droge .....	5
Wirkungen .....	6
Indikationen .....	7
Wirkstoffe .....	7
Praxis .....	8
Praxis / Dosierung .....	9
chW Homepage .....	10
chW Newsletter .....	10



## Einleitung

... Pflanzen, Menschen und (A)Vertebraten ... Erinnern wir uns an das wunderbare Sonnenblumengelb des Spätsommers. Es fällt nicht schwer, sich in dieses wunderbare Gelb zu verlieben. Mit dabei sind die bezaubernden Sonnenblumen Korbblütler. Sie verfügen – unschwer zu vermuten - über Hyperallergene.

In der Folge werden wir uns mit einer Heilpflanze mit der gleichen wunderbaren Farbe Gelb befassen. Sie wird sogar gülden, statt nur gelb. Wir lernen die Goldgarbe, *Achillea filipendulina*, kennen.

Achillea sind die Schafgarbe-Gewächse, und genau mit so einem haben wir es nun zu tun. Die Geschichte der Goldgarbe führt uns weg von unserer Heimat Europa hinauf in den Kontinent Asien. Hier ist sie zuhause, die exotische Form der Schafgarbe, *Achillea filipendulina*. Mittlerweile gehört die Goldgarbe aber auch längst zur westlichen Phytotherapie und ist für den großen Gabenkorb der persisch-arabischen, westlichen Medizin zu erwerben.

Aber beleuchten wir zunächst ihre Geschichte.

## Historie

Die Historie der Goldgarbe hat sie in unser Haus geführt, denn sie ist eine traditionelle Heilpflanze Afghanistans. **chW** ist mit diesem Land besonders verbunden. Was die Goldgarbe dort so alles kann, hat sich in allen anderen Kontinentzonen herumgesprochen. Die Welt ist sich einig, dass wir von der meisterlichen Heilkunst dieser Pflanze profitieren können. Man darf gespannt sein, woran das liegt. Zudem ist *Achillea filipendulina* ein Neophyt in Kirgisistan, woher auch die Heilerde Mumijo stammt. Auch in Usbekistan im Kaukasusraum ist die Goldgarbe zuhause. Das Land Afghanistan ist schließlich nicht weit entfernt. Über den Hindukusch verteilt ist ihre güldene Erscheinung eine wahrlich ganz besondere. Aber mit der schönen Farbe ist es nicht getan, auch wenn wir mit der Farblehre eine Verdauungs- und Immunwirkung erzielen könnten und in der chinesischen Phytologie neben Geschmackseinrichtungen auch entsprechende Farbeindrücke genutzt werden.

Hier im Westen bauen wir aber auf den Wirkstoffgehalt, und an diesen wagen wir uns nun schrittweise heran.

Beleuchten wir zunächst aber die Nomenklatur der Goldgarbe.

## Nomenklatur

Die Goldgarbe ist längst auch hier im Westen volksheilkundlich angekommen. Es existieren viele volkstümliche Begriffe für *Achillea filipendulina*. Je nachdem, wo wir in Zentraleuropa zuhause sind, sprechen wir von der 'Gelben Schafgarbe'. Die Achillea-Gewächse sind, wie bereits erwähnt, die Schafgarbengewächse und bei Betrachten der Blütenform wird die Gemeinsamkeit deutlich. Die Blütenformel ist phänotypisch zwar eine andere, aber das Laubblatt in der Fiederblätterform ist identisch. Es wird sich trotzdem einiges ganz anders darstellen. International ist die Goldgarbe als 'Fernleaf Yarrow' bekannt. Tatsächlich werden wir keine Geheimnisse über sie erfahren, denn sie ist international weit verbreitet. Trotzdem scheint sie hier bei uns noch eher unbekannt zu sein.

Vergleichen wir ihre Wuchshöhe mit der heimischen Schafgarbe, die etwa 30 – 45 cm hoch wächst, ist für die bis zu 1 m hochwachsende Goldgarbe auch der Begriff 'Hohe Garbe' nachvollziehbar. Tatsächlich hat die Nomenklatur 'Hohe