Wermut

artemisia absinthium

Absinth, Magenkraut, bitterer Beifuß, wormwood (eng.), absinthe (franz.), ajenjo (span.), assenzio (ital.)

Kategorie

Kräuter, Korbblütler (asteraceae)

Beschreibung



artemisia absinthium

Gemeiner Wermut, Echt-Wermut oder Wermutkraut (Artemisia absinthium L.), auch Bitterer Beifuß oder Alsem, ist eine Pflanzenart in der Gattung Artemisia aus der Familie der Korbblütler (Asteraceae).Der Wermut ist eine ausdauernde, meist krautige Pflanze mit Wuchshöhen von 40 bis 60, gelegentlich bis 150 Zentimetern. Die Pflanze erscheint oberirdisch gräulich-grün und duftet stark aromatisch. Aus einem waagerecht wachsenden Rhizom gehen die aufrechten, dicht beblätterten Sprossen hervor, die am Grund manchmal verholzen und sich im oberen Bereich mehrfach verzweigen.Die
unteren Blätter weisen 4 bis 12 Zentimeter lange Blattstiele und eine 8 bis 15 Zentimeter lange und 4 bis 8 Zentimeter breite, in 2 bis 3 Lappen je Seite gespaltene Blattspreite auf. Die oberen Blätter sind kürzer gestielt bis fast sitzend und weisen weniger sowie stärker lanzettlich geformte Lappen auf. Als ausdauernde Pflanze wird der Wermut meist nur 3 bis 10 Jahre alt.

Herkunft

Wermut kommt ursprünglich im gemäßigten Eurasien, in Indien, Marokko und Algerien vor. Er wächst bevorzugt auf trockenen oder auf sandig-tonigen Böden in der Nähe von Wasserläufen und steigt in Höhen bis zu 3500 Meter. Er ist in Mitteleuropa eine Charakterart der Ordnung Onopordetalia, kommt aber auch in Gesellschaften der Klasse Agropyretea vor. In Nordamerika wurde der Wermut eingeführt und kommt in sich selbst erhaltenden Populationen vor.

Verwendung

Neben der Verwendung als medizinische Droge kann Wermut auch als verdauungsförderndes Gewürz zu fetten Speisen verwendet werden.
Wermut ist Bestandteil des Absinth, eines alkoholischen Getränks mit Auszügen von Wermut, Fenchel, Anis und Melisse, das besonders im 19. Jahrhundert beliebt wurde und aufgrund des Thujongehalts und der vermuteten gesundheitsschädlichen Wirkung zeitweise in verschiedenen europäischen Ländern verboten war. Wermutkrautextrakte werden auch verwendet zur Herstellung des Getränks Wermut, eines mit Gewürzen und Kräutern aromatisierten und aufgespriteten Weins.
Im Pflanzenschutz wird Wermutjauche verwendet.

Gesundheit

Auch heute wird eine Wirksamkeit zur Appetitanregung, bei Beschwerden des Verdauungstraktes, wie Gastritis oder Blähung, zur Anregung der Leberfunktion sowie bei krampfartigen Störungen des Darm- und Gallenwegbereichs vermutet. Die verdauungsfördernde Wirkung wird dabei auf die enthaltenen Bitterstoffe zurückgeführt. Verwendet werden Bruchstücke der Zweigspitzen

© 2026 coquina.de

blühender Pflanzen (Absinthii herba bzw. Herba Absinthii). Diese werden in verschiedenen kommerziell erhältlichen Phytopharmaka als wässrige oder wässrig-alkoholische Auszüge verarbeitet oder können als Tee zubereitet werden.
Nebenwirkungen können bei starker Überdosierung oder der Verwendung alkoholischer Extrakte auftreten und gehen auf die toxische Wirkung des Thujons zurück. Sie können Benommenheit, Erbrechen, Bauchschmerzen und in schweren Fällen Nierenschäden und Störungen des Zentralnervensystems umfassen. Wässrige Auszüge enthalten im Gegensatz zu alkoholischen relativ geringe Mengen an Thujon. Das reine ätherische Öl wird aufgrund des Thujongehalts von bis zu 40 % nicht medizinisch verwendet.

Geschichte

Wermut wird seit der Antike als Heilpflanze eingesetzt. Ihm wurden zahlreiche Wirkungen zugeschrieben, darunter die Förderung von Appetit, Verdauung und Menstruation sowie Hilfe bei Kopfschmerzen, Gelbsucht und Entzündungen. Auch als Abtreibungsmittel (Abortivum) ist Wermut bekannt. Im alten Griechenland war die Pflanze der jungfräulichen Jagdgöttin Artemis geweiht, in Ägypten, wo sie auch als Liebeszauber eingesetzt wurde, der Fruchtbarkeitsgöttin Bastet. Im Mittelalter wurde der Einsatz als Heilpflanze unter anderem von Hildegard von Bingen ausführlich beschrieben, die vor allem die äußerlichen Anwendungen betonte. Daneben wurde Wermut zur Abwehr von Mäusefraß an Büchern in Schreibtinte verwendet und gegen Motten in Kleiderschränke gehängt. Er galt außerdem als wirksames Abwehrmittel gegen Hexerei und dämonische Einflüsse und wurde bei verschiedenen Ritualen sowie in Kräutermützen gegen Schlaflosigkeit eingesetzt.

Mythologie

In symbolischer oder poetischer Sprache steht Wermut auch für Bitterkeit und Trauer. Der Ausdruck Wermutstropfen beschreibt etwas Schmerzhaftes oder Unangenehmes, das in eine an sich schöne Erfahrung eine Spur von Bitterkeit hineinbringt, so wie ein Tropfen Wermut einem süßen Getränk eine Spur Bitterkeit verleiht.
Wermut wird mehrmals im Alten Testament erwähnt, immer in bildlicher Verwendung. Ein dramatisches Beispiel für die Bedeutung »Quelle der Bitterkeit« findet man im letzten Buch der Bibel, der Offenbarung des Johannes im Neuen Testament (8,11.12): Der dritte Engel blies seine Posaune und ein Stern namens Wermut fiel vom Himmel ins Wasser, worauf sich ein Drittel des Wassers in bitteren Absinth wandelte und viele Menschen an dem Bitterwasser starben.

© 2026 coquina.de