

Die Pflanzen des Monats Juni: **Die Echte Kamille**



Die Echte Kamille

(*Matricaria chamomilla*)

Vorkommen

Seit der jüngeren Steinzeit begleitet die Kamille den Getreideanbau. Ursprünglich kam sie aus dem Mittelmeergebiet. Vermutlich wurden die Samen mit dem Saatgut Richtung Norden transportiert.

Heute findet man sie nicht nur in Getreidefeldern, sondern auch an Wegen oder auf Schuttplätzen.

Aussehen

Die Echte Kamille gehört zu den Korbblütlern, viele winzige gelbe Einzelblüten sitzen auf dem Körbchen. Weiße Blütenblätter locken als „Werbung“ die bestäubenden Insekten an. Die Kamille blüht bis in den September hinein. Gegen Ende der Blütezeit klappen sich die weißen Blütenblätter nach unten.

Die grünen Blätter sind sehr fein geteilt und erinnern an die Daunen von jungen Vögeln. Nach der Bestäubung entwickeln sich winzige Früchte, die wie beim Löwenzahn ein kleines Büschel aus feinen Haaren besitzen. Diese winzigen Flugapparate sind nur mit der Lupe genau zu erkennen und werden durch den Wind oder Anhaften verbreitet.

Verwendung und Bedeutung

Als eine unserer wichtigsten Heilpflanze ist die Echte Kamille seit dem Altertum bekannt.

Die ätherischen Öle der Blüten wirken krampflösend und entzündungshemmend.

Kamillenbäder und Tinkturen helfen bei Hautentzündungen, der Tee unterstützt den Heilungsprozess bei Erkältungen. Viele Menschen trinken Kamillentee gegen Magenschmerzen oder Menstruationsbeschwerden.

In den letzten Jahren ist der jährliche Verbrauch stark gestiegen, allerdings stammen die Blüten aus angebauten Kulturen.

Die Bedeutung des Namens

Die deutsche Bezeichnung Kamille leitet sich vom lateinischen Namen *chamomilla* ab. Das wiederum ist eine Ableitung aus dem Griechischen. *Chamai* bedeutet niedrig, *melon* Apfel wegen des apfelartigen Duftes.