



Artemisia annua

Einjähriger Beifuß

Artemisia annua Blätter nutzt man zu medizinischen Zwecken, hauptsächlich in der Volksmedizin. Es handelt sich um eine schlichte Pflanze, die fast überall in der Sonne wächst, solange der Boden nicht zu feucht ist. Die Pflege ist einfach, die Pflanze benötigt fast keine.



Kurzer Steckbrief – Beifuß

- Gewöhnlicher Beifuß, Gemeiner Beifuß, auch Gewürzbeifuß genannt
- Im Volksmund auch Besenkraut, Fliegenkraut, Gänsekraut, Weiberkraut
- Botanisch eng verwandt mit Wermut
- Korbblütler, Familie der Asterngewächse
- Eine europäische und eine asiatische Varietät, mit geringfügigen Unterscheidungen
- Ausdauernde krautige Pflanze, zwischen 60 und 200 cm hoch
- Gedeiht auf Schuttplätzen, Brachland, an Wegrändern, Böschungen, auf Hügeln, überall auf freien Flächen
- Meist aufrechte Stängel, kantig
- In der Regel reich verzweigt
- Fiederteilige, dunkelgrüne Laubblätter
- Rispige Blütenstände in graugelb
- Blüte von Juli bis September
- Wachsen in der Natur häufig an Wegrändern und auf Waldwiesen

Die Pflege von Beifuß

Beifuß ist nicht wirklich lecker, aber er tut gut. Die Pflanze schmeckt etwas bitter. Nach dem Öffnen der Blüten nehmen die Bitterstoffe stark zu, so dass die Teile dann nicht mehr genießbar sind. Geschnitten werden in der Regel die Triebspitzen so lange, wie die Blütenkörbchen noch geschlossen sind. Auch die Blütenknospen selbst werden verwendet. Bis einschließlich Wurzel können alle Teile der Pflanze genutzt werden. Erntezeit ist von Juni/Juli bis September. Die enthaltenen Bitterstoffe regen die Bildung von Magensaft und Gallenflüssigkeit an und unterstützen so die Verdauung.

Nicht jeder Mensch verträgt Beifuß. Seine Pollen sind bekannte Auslöser von allergischen Reaktionen, bei manchem Allergiker von ziemlichen Ausmaßen.

Tipp: Schwangere sollten auf die Verwendung von Beifuß verzichten, da eine Unverträglichkeit des Ungeborenen nicht ausgeschlossen werden kann.

Der Standort sollte möglichst sonnig und warm sein, das Pflanzsubstrat durchlässig und locker. Reichlich Humus ist günstig. Auch der Kalkgehalt darf recht hoch sein. Beim Pflanzen direkt ist nicht viel zu beachten. Der Pflanzabstand ist einzuhalten, damit sich die Stängel gut entwickeln können. Empfehlenswert ist, den Boden zu mulchen. Das ist günstig für das Bodenleben. Gießen ist nur am Anfang wichtig, bis der Beifuß richtig angewachsen ist. Später kommen die Pflanzen gut mit Hitze und Trockenheit klar. Nur bei langanhaltender Trockenheit sollte ab und zu mal gegossen werden. Auch Dünger ist nicht zwingend notwendig. Bei sehr nährstoffarmen Böden hilft Kompost, der eingearbeitet wird. Wer Dünger nutzt, muss aufpassen, dass nicht überdüngt wird. Das schadet den Pflanzen. Schneiden muss man nur, um zu ernten. Außerdem wird die gesamte Pflanze im Frühjahr knapp über dem Boden abgeschnitten. Beifuß ist absolut winterhart, benötigt keinen Schutz.



Die Vermehrung erfolgt durch Aussaat oder Teilung der Wurzel. Krankheiten und Schädlinge sind selten. *Artemisia annua* schützt ganz im Gegenteil noch andere Pflanzen vor Schädlingen, zum Beispiel Kohl vor dem Kohlweißling.

Standort

Beifuß gehört zu den einheimischen Wildpflanzen und ist dementsprechend anpassungsfähig. Die Pflanzen mögen die Sonne, kommen aber auch mit hellem Halbschatten klar. Wichtig ist ein warmer Platz. *Artemisia annua* passt zu vielen Pflanzen, schützt diese auch vor Schädlingen. Die anpassungsfähigen Gewächse kommen fast überall klar.

- trocken, warm und sonnig
- kann gut vollsonnig stehen
- bis heller Halbschatten, nicht dunkler (Denn ohne ausreichend Sonne können sich die ätherischen Öle nicht entfalten.)



Pflanzsubstrat

Das Pflanzsubstrat muss unbedingt durchlässig sein. Günstig sind Humus und Kalk im Boden. Viele Nährstoffe werden nicht benötigt, die Pflanzen kommen auch mit recht kargem Boden klar. Im Grunde tut es jeder Gartenboden, solange er nicht zu feucht ist.

- Unbedingt durchlässiger Boden, die Pflanzen haben kein Problem mit sehr trockener und sandiger Erde.
- Günstig ist ein humusreicher Boden.
- Beifuß mag kalkhaltiges Substrat.
- Bei sehr mageren Böden bietet es sich an, Kompost oder auch etwas Lehm unterzumischen.



Pflanzen

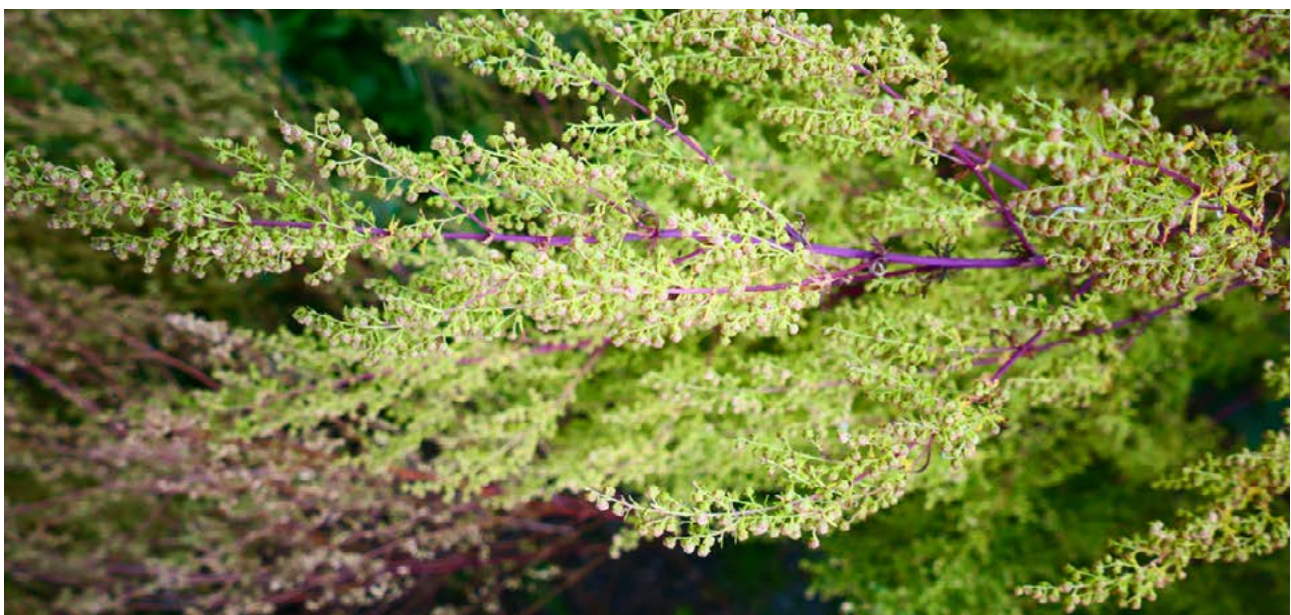
Beim Pflanzen ist nicht viel zu beachten. Die genügsamen Gewächse stellen nicht viele Ansprüche. Praktisch ist, den Boden nach dem Pflanzen zu mulchen, so trocknet er nicht so schnell aus und es ist sehr gut für das Bodenleben.

- Pflanzabstand mindestens 60cm.
- Vor dem Einpflanzen ins Wasser stellen, damit sich die Ballen gut vollsaugen können.
- Nicht zu tief pflanzen, gerade so, wie sie im Topf standen.
- Boden hinterher mulchen.

Gießen und Düngen

Beifuß benötigt nicht viel Wasser. Die Pflanzen kommen mit Trockenheit deutlich besser zurecht, als mit Nässe. Auch muss nicht zwingend gedüngt werden. Kompostgaben fördern allerdings das Wachstum und die Widerstandsfähigkeit der Pflanzen.

- Wenig gießen.
- Nach der Pflanzung, bis zum Anwachsen, sollte regelmäßig gegossen werden.
- Zusätzliche Wassergaben sind später nur bei langanhaltender Trockenheit nötig.
- Es ist kein Dünger erforderlich.
- Ideal ist, das Erdreich im Frühjahr und Herbst zu mulchen.
- Außerdem kann regelmäßig Kompost eingearbeitet werden.
- Eine Überversorgung mit Dünger wirkt sich eher nachteilig auf die Gewächse aus.





Schneiden

Schneiden muss man beim Beifuß nicht viel. Er wird einmal im Jahr kurz über dem Boden abgeschnitten. Außerdem sollte er ausgeputzt werden, um eine Selbstaussaat zu verhindern. Mehr ist nicht zu tun.

- Verwelkte Blütenstände entfernen, damit sich der Beifuß nicht massiv durch Selbstaussaat vermehren kann.
- Wichtig ist, die Blütenrispen vor der Samenreife abzuschneiden.
- Sie können gleich als Tee oder auch zum Kochen genutzt werden.
- Ende Februar/Anfang März, vor dem Austrieb, kurz über dem Boden abschneiden.

Überwintern

Beifuß ist absolut winterhart, auch ohne Schutz. Häufig wird empfohlen, die Pflanzen schon im Herbst abzuschneiden. Ich rate davon ab. Es ist günstiger, im zeitigen Frühjahr zu schneiden. Dann können die Pflanzen noch alle vorhandenen Nährstoffe aus den blühenden und abgestorbenen Teilen aufnehmen.

Vermehren

Die Vermehrung erfolgt durch Aussaat oder Teilung der Wurzel. Ab April kann direkt ins Freiland ausgesät werden. Die Anzucht gelingt leicht, die Keimrate ist hoch. Allerdings säen sich die Pflanzen auch selbst aus und dann üppig. Da muss man aufpassen und die Samen vor der Reife abschneiden.

Aussaat

- Ab Februar im Warmen aussäen (flache Pflanzschalen nutzen; am besten keimen die Samen in Anzuchterde).
- Alternativ ab April ins Freiland säen (Fläche muss unkrautfrei sein; Humus einarbeiten).
- Lichtkeimer, also Samen nur minimal mit Erde bedecken, besser nur festdrücken und gar nicht bedecken.
- Boden gleichmäßig leicht feucht halten, am besten mit einem Wasserzerstäuber (bei Aussaat in Pflanzschale).
- Ein warmer und heller, aber nicht sonniger Standort begünstigt die Keimung.
- Nicht über einer Heizung platzieren.
- Keimdauer etwa 14 bis 25 Tage.
- Bei einer Sämlingsgröße von 15 cm pikieren.
- Beim Auspflanzen ins Freiland Hornspäne unter die Erde mischen.



Teilung der Wurzel

- Im Frühjahr oder im Herbst.
- Die fleischigen Rhizome möglichst in gleich große Abschnitte aufteilen.
- Waagrecht in die Erde legen und 4 bis 5cm mit Erde bedecken.
- Ab und zu gießen, dann entwickeln sich innerhalb weniger Monate neue Pflanzen daraus.

Krankheiten und Schädlinge

Beifuß gehört zu den Gewächsen, die kaum mit Krankheiten und Schädlingen zu kämpfen haben, ganz im Gegenteil, die Pflanze wird angebaut, um andere Pflanzen vor Schädlingen zu schützen. So wird Beifuß gern zwischen Kohlpflanzen gesetzt, aber auch zwischen andere Gemüsesorten. So können Blattläuse, Kohlweißlinge, Erdflöhe und Schildwanzen ferngehalten werden.

Bei zu feuchtem Erdreich kann es zu Wurzelfäule kommen. Diese Erkrankung wird durch Bodenpilze ausgelöst. Ein kümmerliches Erscheinungsbild und faulige Gerüche sind Anzeichen für den Befall. Es gibt kein Mittel gegen diese Erreger.

Wenn die Wurzeln noch nicht zu stark angegriffen sind, kann ein umpflanzen in trockenere Erde noch hilfreich sein.

Ernte von Beifuß

Beifuß gehört zu den Pflanzen, bei denen hauptsächlich die Blätter eine Verwendung finden. Geerntet wird vor dem Öffnen der Blüten. Die Blätter können dann getrocknet werden. Die getrockneten Teile luftdicht verpackt und dunkel aufbewahren, damit die Aromen erhalten bleiben.

- Für eine reine Ernte werden ausschließlich die Blätter geerntet ohne Stiele oder Stengel.
- Die Blätter sollten von Hand geerntet werden und zwar durch Abstreifen der Blätter
- Frisch geerntet und genutzt wird Beifuß ab Juni bis in den September hinein.
- Getrocknet kann das Kraut ganzjährig genutzt werden.



Nutzen als Heilpflanze

Beifuß ist gesund. Das liegt an dem enthaltenen ätherischen Öl Cineol und den üppig vertretenen Bitterstoffen. Das Kraut wird hauptsächlich bei Nervenleiden und vor allem bei Verdauungsbeschwerden eingesetzt. Das Kraut wirkt antibakteriell, appetitanregend, beruhigend, durchblutungsfördernd, galletreibend, krampflösend, menstruationsfördernd, stärkend allgemein und verdauungsfördernd.

Beifuß wird häufig mit Wermut verwechselt. Wie kann man die beiden Pflanzen unterscheiden?

Beim Beifuß sind die Unterseiten der Blätter mit weißlichen, flaumigen Haaren bewachsen, beim Wermut nicht.



Zusammenfassung

- Auch als Heilpflanze genutzt
- Nicht für Schwangere
- Standort – trocken, warm und sonnig
- Pflanzsubstrat – durchlässig, humos, kalkhaltig
- Auf keinem Fall zu feucht
- Pflanzen – Abstand von mindestens 60cm
- Gießen – bis zum Anwachsen, sonst kommen sie gut mit Trockenheit zurecht
- Düngen – maximal mit Kompost
- Überdüngung vermeiden
- Schneiden – um zu ernten
- Im Frühjahr knapp über dem Boden abschneiden
- Überwintern – problemlos
- Vermehren – Aussaat im Haus und im Freiland
- Teilung der Rhizome ebenfalls möglich
- Krankheiten – sehr selten
- Bei zu viel Nässe – Wurzelfäule durch Bodenpilz
- Ernte von Juni bis September