

Steckbrief einer Pflanze am Schulbiotop

Name: Wasserminze

Lateinische Bezeichnung:
Mentha aquatica

Pflanzenfamilie:
Lippenblütler



Vorkommen: Wasserminze ist in großen Teilen Europas und Afrikas zu finden.

Lebensraum: Die Wasserminze (Sumpfpflanze) gedeiht häufig in Röhrichten, an Ufern und Gräben, in Nass- und Moorwiesen, in Bruchwäldern und im Weidengebüsch.

Maximale Wuchshöhe: Die Wasserminze erreicht Wuchshöhen von meist 20 bis 50 (selten bis 100) Zentimeter.

Aussehen der Blüte: Die Blüten stehen dicht in kugeligen Teilblütenstand zusammen. Die Kronblätter sind hellviolett, rosafarben bis weiß.

Zeit der Blüte: Juli - Oktober

Eigenschaften (z.B. Form) der Blätter: Die einfache Blattspreite ist eiförmig, etwas derb und oft glänzend, mit gesägtem Blattrand. Besonders die Blätter riechen beim Zerreiben nach Pfefferminz. Der aufrechte und meist verzweigte Stängel ist vierkantig.

Aussehen/ Eigenschaften der Früchte: Die Klausenfrüchte zerfallen in vier Teilfrüchte. Die Ausbreitung der Samen erfolgt über das Wasser (Hydrochorie).

Vegetative Vermehrung erfolgt wie bei allen Minzen-Arten durch ober- und unterirdische Ausläufer.

Giftigkeit?: Die Blätter enthalten reichlich ätherische Öle und Gerbstoffe. In hoher Dosis sind die ätherischen Öle giftig!

Bevorzugter Standort: feucht

Benötigte Bodeneigenschaften (Bodenart): bevorzugt wächst sie in etwas saurem, schlammigem Boden.

Gefährdung: nein

Welche Tiere leben an/auf dieser Pflanze?: Die Blüten duften und werden deshalb intensiv von verschiedenen Insekten, beispielsweise Bienen, Schwebfliegen und vielen anderen Arten besucht.

Das habe ich auch noch herausgefunden:

- Die Wasserminze zählte neben dem Echten Mädesüß und dem Eisenkraut zu den heiligen Kräutern der Druiden. Im Mittelalter und der frühen Neuzeit noch wurde die Wasserminze unter anderem gegen das „Seitenstechen“ eingesetzt.
- Die Wasserminze findet vielfache Verwendung. Äußerlich setzt man den aus den getrockneten Blättern gebrühten Tee für Bäder, Waschungen und Kompressen ein. Diese helfen gegen juckende Haut und Nervenschmerzen. Der getrunkene Tee lindert Magenbeschwerden, Verdauungsprobleme und Kopfschmerzen.
- Die frischen Blätter kann man als Munderfrischung nutzen.
- Minzöle sollten bei Kleinkindern nicht im Bereich der Nase/des Mundes eingesetzt werden, da dadurch Atemstillstand ausgelöst werden kann.

Quellen:

<https://de.wikipedia.org/wiki/Wasserminze>

<https://heilkraeuter.de/lexikon/w-minz.htm>

<https://www.pflanzen-vielfalt.net/wildpflanzen-a-z/%C3%BCbersicht-i-p/minze-wasser-minze/>