



Alte Heilkräuter neu entdeckt: Die Blutwurz

Mein Name ist Rosi und als Kräuterbäuerin und Kräuterpädagogin ist die Naturapotheke das höchste Gut, das wir besitzen. Mit dem Monat August beginnen die sogenannten „Hundstage“, welche gerne von Sommergrippen und starken Bauchkrankungen begleitet werden. Deswegen habe ich mich für die bekannteste Pflanze entschieden, welche bei Erbrechen und Durchfall eingesetzt wird und in meiner Familie noch immer einen hohen Stellenwert besitzt.

Die Blutwurz (*Potentilla erecta*, *Potentilla tormentilla*)

Das aus der Familie der Rosengewächse stammende Kraut, wächst in feuchten, nassen Plätzen am besten. Sie wird 10 bis 25 cm groß, ihr Wurzelstock ist knollig, etwa daumendick, innen rot, außen braun und etwa fingerlang. Der Stengel

ist verzweigt, die Blätter sind gesägt und drei bis vierteilig. Die Blüte ist gelb und das einzige Rosengewächs mit vier Blütenblättern (Kronblätter). Sie blüht den ganzen Sommer über, die Wurzeln hingegen werden im Herbst oder zeitigen Frühjahr gegraben. Bereits unsere Vorfahren kannten diese Pflanze und deren Wirkung. Alte Sagen und Märchen begleiten die Blutwurz, auch über ihre Entstehung ranken sich Geschichten. Beowulf, ein angelsächsischer Held, soll im dunklen moorigen Waldmeer, den Riesen Grendel (Titan des Wassers) die Hand abgetrennt und ihn somit besiegt haben. Diese pflanzte er in die Erde und aus ihr soll die Blutwurz gewachsen sein. In manchen Gegenden ziehen noch heute Frauen zu Maria Himmelfahrt in den Wald hinaus, um bei zu starken Blutungen nach der Wurzel zu graben. Alte Namen dieser Pflanze weisen auf deren Verwendung hin, wie etwa Bauch-

wehwurz, Ruhrwurz und Blutwurz. In der Volksheilkunde wurde und wird sie immer noch verwendet, ihre Heilwirkungen sind schmerzlindernd und entzündungshemmend, blutstillend auch bei inneren Blutungen, kräftigend, wundheilend und hautpflegend. Wegen der starken Gerbstoffe (Tormentillsäure) wirkt die Blutwurz stark zusammenziehend. Deshalb wird sie bei Ruhr und anderen Durchfallerkrankungen eingesetzt. Ich habe sehr gute Erfahrungen gemacht, auch bei Erbrechen oder anderen Übelkeiten im Magen. Sie wirkt auch blutbildend. Ich habe ich ein sehr altes überliefertes Rezept für mein Magenwohl (Kräuter Mischung als Tee oder Tinktur) verwendet und verwenden es bei Erbrechen und Durchfall. Meist, nach einer Tasse Tee oder der Einnahme dieser Tinktur, hören die Beschwerden fast schlagartig auf. Aber auch wenn eine Magen- Darmgrippe im Umlauf ist verwenden wir dieses Mittel vorbeugend. Ein weiterer Erfolg mit diesem Kraut ist mir bei meinem Ehemann gelungen: er litt unter konischer Mandelentzündung und nach dem er mehrere Antibiotika einnehmen musste versuchten wir dieses alte erprobte Mittel und bereits nach kurzer Zeit zeigte es seine heilende Wirkung: die Mandelentzündung war gebannt und seitdem verwendet unsere gesamte Familie dieses Rezept zum Gurgeln. Halsschmerzen werden schon nach kurzen Anwendungen gestoppt. Aber auch bei entzündeten Hautleiden, wie z. B. einer eitrigen Wunde, kommt der Tee oder die Tinktur zum Einsatz. Ich bin überzeugt, dass diese Anwendungen zu einer schnellen Linderung beitragen und schätze ich diese Pflanze deshalb sehr. Ich wünsche Ihnen einen sorgenfreien und schönen August.

INFORMATION

Ärztlicher Dienst St. Martin, St. Leonhard und Moos

Anfang August bis Anfang September 2016

30./31.07.2016	Dr. Innerhofer Franz	St. Martin	Tel. 0473 641 207 – 346 789 6344
06./07.08.2016	Dr. Mair Luca	Moos	Tel. 0473 643 689 - 348 440 6189
13./14.08.2016	Dr. Zuegg Michael	St. Leonhard	Tel. 0473 656 633
15.08.2016	Dr. von Sölder Manfred	St. Leonhard	Tel. 0473 656 656 – 345 923 0870
20./21.08.2016	Dr. Dubis Werner	St. Martin	Tel. 331 292 4788
27./28.08.2016	Dr. Innerhofer Franz	St. Martin	Tel. 0473 641 207 – 346 789 6344
03./04.09.2016	Dr. Dubis Werner	St. Martin	Tel. 331 292 4788

