

ERNTE-„ZEIT“

Tinkturen und Salben für Wundheilung und Schmerzlinderung

Jetzt ist wieder eine gute Zeit, in der uns die Natur wunderbare und wirksame Heilmittel schenkt. Wenn wir auf ungedüngte, gesunde Wiesen hinausgehen, zeigt uns die Schöpfung ihre Fülle. In Dankbarkeit haben wir immer wieder von Neuem die Chance, uns bewusst für eine Natur-Heimapotheke entscheiden zu können.

Seit alters her haben die Kräuterkundigen die Heilpflanzen mit aussagekräftigen Volksnamen versehen, wie z. B. das Blutstillkraut (Schafgarbe), das Schadheilkraut (Beinwell), der Krennpeltstel (Karde), Herzkraut (Hirteltäschel) und die Goldblume (Ringelblume).



claudia.wagner@anw.at

Quelle:
Claudia E. Wagner
(Herbarium 2013),
www.heilkraeuter.de
Fotos: C. E. Wagner



Aus diesen Heilpflanzen habe ich Ihnen eine kleine Auswahl zusammengestellt.



Beinwell-Salbe

Heilwirkung des Beinwell (Volksname: „Schadheilkraut“):

adstringierend, blutreinigend, blutstillend, beruhigend, entzündungshemmend, erweichend, kühlend, schmerzstillend, wundheilend.

Zutaten (für drei Döschen):

Zwei Handvoll frische, gewaschene, saubere, kleingeschnittene oder geraffelte Beinwellwurzeln (Erntezeit Spätherbst)

150 g Erdnuss-, Sonnenblumen- oder Traubenkernöl

15 g zerbröckeltes Bienenwachs

evtl. 1–2 El. Beinwelltinktur

evtl. 10–15 Tropfen ätherisches Teebaumöl

Zubereitung:

Die Wurzeln mit dem Öl in ein feuerfestes Salbepfännchen geben und unter Rühren im Wasserbad langsam erwärmen und schmelzen. Auf kleinem Feuer mind. 30 Minuten oder länger bis 1½ Std. unter gelegentlichem Rühren ausziehen lassen, bis die Schmelze Geschmack und Farbe angenommen hat. Das Bienenwachs beifügen, schmelzen lassen und sehr gut umrühren. Durch ein Sieb, mit einem Stück Strumpf ausgelegt, am besten in ein zweites Gefäß abseihen und gut ausdrücken. (Rückstand als Komresse auflegen).

Die Beinwelltinktur und das äth. Öl tropfenweise in die noch flüssige, leicht abgekühlte Schmelze rühren, in Döschen gießen, abkühlen lassen, verschließen und beschriften.

Die Salbe ist kühl aufbewahrt 1 Jahr haltbar.

Königskerzen-Tinktur

Heilwirkung der Königskerze (Volksname: Wundblume, Himmelkerze, Unholdkerze):

Bronchitis, Entzündungen der oberen Luftwege, Husten, Reizhusten, Asthma, Wundheilung.

Zubereitung:

Frisch aufgeblühte Blüten (Erntezeit Juli bis September) werden am Vormittag gesammelt und in ein Schraubgefäß gefüllt, mit hochprozentigem Alkohol aufgegossen und für etwa 4 Wochen an einem sonnigen, warmen Platz gestellt. Es können immer wieder frische Blüten dazugegeben werden. Nach 4 Wochen wird die Tinktur abgeseiht und abgefüllt (in dunkles Glas). Sie hilft sehr gut bei Husten und Bronchitis.

Hirtentäschel-Tinktur

Heilwirkung des Hirtentäschels (Volksname: Herzkraut, Löffeldieb, Säcklichrut):

Blutstillend, blutgerinnungsfördernd, uterus-erregend, tonisch, zusammenziehend.

Zubereitung:

Täschelkraut (Erntezeit Jänner bis Dezember), Blätter, Stängel samt Blüten und Täschel werden klein geschnitten und locker bis zum Haus in einen Flasche gefüllt, darüber gießt man 38–40%igen Korn- oder Obstbranntwein (die Kräuter müssen bedeckt sein) und lässt sie 14 Tage in der Sonne oder Wärme stehen. Danach abseihen und in gut verschlossene, dunkle Flaschen abfüllen und aufbewahren. (3x täglich 25 Tropfen bei Menstruationsproblemen, Krämpfen oder Blutungen)



Wilde Karde – Weberkarde

Heilwirkung der Karde (Volksname: *Krempeltestel*, *Kratzkopf*, *Igelkopf*):
Antibakteriell, blutreinigend, harntreibend, schweißtreibend.

Zutaten:

Kardenwurzel (Erntezeit Herbst und Frühjahr)

Zubereitung:

Die Kardentinktur wird aus den Wurzeln der Karde hergestellt. Die Wurzeln kann man im Spätherbst ausgraben. Dann werden sie gründlich gewaschen. Zerkleinern Sie die Wurzeln. Das ist schwieriger als es aussieht, denn die Wurzeln sind enorm hart. Im Zweifelsfall nimmt man eine Astschere für diesen Zweck. Füllen Sie die Kräuter in ein Schraubdeckel-Glas. Lassen Sie noch etwa die Hälfte Platz im Glas. Gießen Sie Weingeist über die Kräuter, bis sie gut bedeckt sind. Verschließen Sie das Glas. Lassen Sie die Tinktur zwei bis sechs Wochen an einem warmen Ort ziehen. Nach und nach nimmt die Tinktur immer mehr Farbe an. Nach der Wartezeit wird die Tinktur abgefiltert. Dazu eignet sich ein Kaffeefilter. Stülpen Sie den Filter über ein zweites Glas. Gießen Sie die Tinktur durch den Kaffeefilter. Die fertige Tinktur tropft in das zweite Glas. Anschließend wird die Tinktur in eine dunkle Flasche abgefüllt. Verschließen Sie die Flasche mit Inhalt und Datum. An einem dunklen, kühlen Platz gelagert hält sich so eine Tinktur mind. ein Jahr.

Schafgarben-Tinktur

(zu verwenden als Kompresse, verdünnt als Teilbad, verdünnt zur Waschung, pur auftupfen, in Cremes).

Heilwirkung der Schafgarbe (Volksname: *Blutstillkraut*, *Gotteshand*, *Frauenkraut*):
blutreinigend, blutstillend, krampflösend, gefäßtonisierend

Zutaten:

Schafgarben-Blüten oder das ganze Kraut (Erntezeit Kraut und Blüten im Hochsommer)

Weingeist

Füllen Sie die Kräuter in ein Schraubdeckel-Glas. Lassen Sie noch etwa die Hälfte Platz im Glas.

Gießen Sie Weingeist über die Kräuter, bis sie gut bedeckt sind. Verschließen Sie das Glas. Lassen Sie die Tinktur zwei bis sechs Wochen an einem warmen Ort ziehen. Nach und nach nimmt die Tinktur immer mehr Farbe an.

Nach der Wartezeit wird die Tinktur abgefiltert.

Dazu eignet sich ein Kaffeefilter. Stülpen Sie den Kaffeefilter über ein zweites Glas. Gießen Sie die Tinktur durch den Kaffeefilter. Die fertige Tinktur tropft in das zweite Glas. Anschließend wird die Tinktur in eine dunkle Flasche abgefüllt. Verschließen Sie die Flasche und beschriften Sie diese mit Inhalt und Datum.

An einem dunklen, kühlen Platz gelagert hält sich die Tinktur mind. ein Jahr.



Ringelblumen-Tinktur

Heilwirkung der Ringelblume (Volksname: *Goldblume*, *Ringelrose*, *Sonnenwende*)

Entzündungshemmend, gallesekretionsfördernd, wundheilend, u.v.m.

Auch zur Behandlung von Quetschungen, Prellungen, Blutergüssen und Muskelzerrungen.

Zubereitung:

2 Hände voll Blütenköpfe (Erntezeit Juni bis Oktober) werden in ½ Liter Weingeist, gut verschlossen, 6 Wochen lang im warmen Raum stehen gelassen. Der Ansatz wird durch ein Tuch gefiltert, die Blüten ausgedrückt, der Extrakt mit ½ Liter destilliertem Wasser verdünnt und in Flaschen abgefüllt. Beim Gebrauch für Auflagen oder Umschläge verdünnt man die Tinktur nochmals 1:1 mit abgekochtem Wasser. Ehe man die Umschläge auflegt, sollten die betroffenen Stellen leicht mit Öl eingerieben werden. Die Tinktur ist auch gut geeignet, um verschmutzte Wunden zu reinigen. Bei allen Arten von offenen Geschwüren und Eiterungen bewährt sich die Tinktur, doch bei Fällen, wo sie nicht vertragen wird, kann die Salbe gleichermaßen eingesetzt werden.

Link zu allen bisher in der Serie „Vergessene Naturschätze“ erschienenen Gemüsearten und Heilpflanzen:



http://permakultur.net/?mdoc_id=1001453