Heilpflanzen

und ihre

Heilkräfte

SSA von:
Daniela Tanner, Gohl, 9. Klasse, Januar- Mai 2011
Bei Frau B. Hertig

Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis 2
Vorwort 3
Sammeln und Trocknen 4
Bärlauch, Bärenlauch (Allium ursinum) 5
Beinwurz, Beinwell (Symphytum officinale) 8
Brennnessel (Urtica diolga) 11
Frauenmantel (Alchemilla vulgaris) 14
Hirtentäschel (Capsella bursa- pastoris) 17
Kamille (Matricaria chemonilla) 20
Löwenzahn (Taraxacum offizinale) 23
Mais (Zea nays) 26
Mistel (Viscum album) 28
Sauerklee (Oxalis acetosella) 31
Schlüsselblume (Primula officinalis) 33
Spitzwegerich (Plantago lanceolata) 36
Thymian (Thymus serpy- lum) 39
Schlusswort 42
Quellen 43

Vorwort

Ich habe sehr gerne Pflanzen, aber nicht gerne Medikamente.
Als ich wegen dem Blinddarm im Spital war, gaben sie mir so viele Medikamente. Ich konnte nichts essen und musste pro Tag etwa 9 Tabletten schlucken und die noch in den leeren Magen. Es wurde mir immer so schlecht dass ich Erbrechen musste. Ich habe dann schnell herausgefunden dass es nicht gut ist die Tabletten bei leerem Magen einzunehmen. Ich wollte mit den Ärzten sprechen, die mir aber nicht zuhören wollten. Als ich Besuch von meiner Gotte bekam sagte ich es ihr. Sie ging zu den Ärzten und sprach mit ihnen. Die schoben die Schuld auf mich… ich habe nie mit ihnen sprechen wollen und wenn ich mit ihnen sprach dann haben sie mir nicht zugehört! Hiess es. Ich hätte lieber Pflanzliche Heilmittel gehabt! Zu Hause hatte ich keine Medikamente. Wenn ich Erkältet war, nahm ich Hustensirup, aus selbst gesammelten Kräutern Tee und Globuli. Ich war noch gar nie so richtig erkältet oder krank. Ausser als ich klein war.
Als ich 13 Monate alt war, war ich sehr schwer krank das ich nur noch 5% Lebenschance hatte… So weit zurück kann ich mich nicht mehr erinnern. Ich fand es aber besser, wenn ich schon eine solch schwere Krankheit haben musste, dass ich die als kleines Kind erleben konnte. Wenn ich diese Krankheit nicht überlebt hätte, hätte ich halt nur ein kurzes Leben gehabt. Dies finde ich besser als wenn ich mir so viel Mühe beim Lernen gegeben hätte und ich dann mit 20 Jahren aus euren Herzen gegangen wäre. Es macht viel mehr Leute traurig als wenn ich mit 13 Monaten schon aus euren Herzen gegangen wäre…
Ich weiss ja nicht was sie gemacht haben, das ich wieder gesund geworden bin. Aber ich weiss, dass mir meine Eltern sehr viel Tee aus gesammelten Pflanzen gegeben haben.

Sammeln und Trocknen

Sammeln:

Zum Sammeln ist sehr wichtig das man die Pflanzen kennt. Wenn wir sie kennen kommt es darauf an das man die Heilkräuter zur richtigen Zeit am richtigen Ort und in der richtigen Art und Weise sammelt.
Für den Winter sollte man sich nicht einen allzu grossen Vorrat an getrockneten Kräutern anlegen. Dafür holt man sie in dem Zeitpunkt, in dem sie den grössten Wirkstoffgehalts besitzen.

,, bei den BLÜTEN ist dies zu Beginn der Blütezeit-
Bei den BLÄTTERN vor und während der Blütezeit.
Die WURZELN werden im zeitigen Frühjahr oder Herbst ausgegraben.
Die FRÜCHTE werden zur Zeit der Reife gesammelt.“

Dabei beachtet man:

- Dass die Kräuter beim Pflücken sauber, gesund und ohne Ungeziefer sind, dass man sie bei sonnigem Wetter, wenn der Tau vergangen ist sammelt.
- Die Orte sollten nicht chemisch gedüngt sein, nicht in die Nähe von Bahndämmen oder Verkehrsreichen Strassen.
- Schone die Natur! Die Pflanzen dürfen nicht mit den Wurzeln ausgerissen werden, manche Pflanzen stehen unter Naturschutz, es gibt auch andere Heilpflanzen mit der gleichen Wirkkraft.
- Beim Sammeln der Blüte und den Blätter nicht drücken und keine Plastiktaschen benutzen! Die Kräuter beginnen an zu schwitzen und werden später beim trocknen schwarz.

Trocknen:

Vor dem Trocknen darf man die Kräuter nicht waschen. Sie sollten zum Teil aber klein geschnitten werden. Die Kräuter sollte man auf ein Tuch oder auf ein unbedrucktes Papier legen und im Schatten, in luftigen warmen Räumen möglichst rasch trocknen. Bei Rinde oder Wurzeln sollte man mit künstlicher Wärme nachhelfen. Dabei darf aber die 35 Grad Grenze nicht überschritten werden. Wurzeln die man gründlich wäscht sollte man vor dem trocknen schneiden.
Es können nur auseinanderbrechende Kräuter für den Winter aufbewahrt werden. Die sollte man in Gläser oder verschliessbare Kartons abfüllen. Plastikbehälter und Blechdosen sollte man vermeiden! Die Kräuter sollte man vor Licht schützen. Dabei sind farbige Gläser sehr gut geeignet, am besten grüne Gläser.
Die Kräuter sollte man nur für einen Winter aufbewahren! Sie verlieren mit der Zeit an Heilkraft.

Bärlauch, Bärenlauch (Allium ursinum)

Andere Namen:

Wilder Knopf, Waldknoblauch, Hexenzwiebel, Zigeunerlauch oder Latschenknaffel.

Aussehen:

Er gehört zu den ersten Pflanzen im Frühling. Die frischgrünen Maiglöckchen ähnlichen Blätter, der glatte hellgrüne Stängel mit der weissen Blütenkugel wird bis zu 30cm hoch.

Vorkommen:

Der Bärlauch wächst nur in humusreichen, feuchten, blätterbedecktem Boden. Meistens unter Gebüschen und an nahr reichen Orten.

Ernten:

Die Blätter von April bis Juni.
Die Zwiebel im Spätsommer oder Herbst

Frischer Bärlauch:

Er hilft bei Entschlackungskuren im Frühling, chronischer Hautkrankheiten, akuten und chronischen Durchfällen, Gasbildung und Koliken, Verstopfungen, Würmer, Spulwürmer, vom Magen her verursachte Herzstörungen, Schlaflosigkeit, Arterienverkalkung oder hohem Blutdruck, Schwindel, Druck im Kopf und Beklemmungen.

Bärlauch Wein:

Er ist für alle alten Leute die Brustverschleimungen, Atembeschwerden, oder Lungen- und Wassersucht haben.

Lauchsaft:

Bei schlecht heilenden Wunden, Flechten oder sogar bei Erkrankungen der Herzgefässe finden durch den Lauchsaft Besserung.

ANWENSUNGSARTEN

Wurzel: Frische Bärlauch Blätter werden wie Schnittlauch oder Petersilie klein schneiden und auf Brot, Suppe, Sauce, Salat und Fleischspiesse gestreut.

Bärlauch Geist: Kleingeschnittene Blätter oder Zwiebeln werden locker bis zum Hals in eine Flasche gefüllt, mit 38-40%igem Korn oder sonstigem heraus gebranntem Schnaps übergossen und 14Tage in der Sonne oder in die Herd nähe gestellt.
Täglich viermal je 10-15 Tropfen in etwas Wasser nehmen.

Bärlauch Wein: Man nimmt eine Handvoll kleingeschnittene Blätter, koche sie kurz in etwa ¼ Liter Weisswein auf, Süsse nach Geschmack mit Honig oder Sirup und trinkt von diesem Wein tagsüber langsam, schluckweise.

Test: Ich konnte nicht schlafen, weil mein liebster Cousin erkrankt war und dann konnte er sein Geburtstags Fest nicht durchführen. Ich nahm ein paar Bärlauchblätter und aas die. Es ging nicht lange und ich schlief wie ein Murmeltier.

Beinwurz, Beinwell (Symphytum officinale)

Andere Namen:

Beinhel, Schwarzwurz, Kuchenkraut, Wallwurz oder Comfrey.

Aussehen:

Sie blühen den ganzen Sommer durch. Die Blätter sind rau und spitz. Die mehrjährige Wurzel ist aussen dunkelbraun bis schwarz, innen weiss bis gelblich und ist etwa so dick wie ein Daumen.

Vorkommen:

Sie wächst an nassen Weiden, Feldränder, in feuchten Gräben, entlang von Gewässern und Zäunen und auch auf Schutthaufen.

Ernten:

Wurzel: Im Frühjahr oder Herbst.
Kraut: Vor oder während der Blütezeit.

Schwarzwurztinktur:

Diese Tinktur ist gut für Rheumatismus, Gelenkschmerzen, äussere und innere Wunden, Verletzungen, Quetschungen, Blutergüssen und Knochenbrüche.

Gebrühene Breiumschläge:

Wenn man gelähmte Glieder oder Überanstrengung , Verrenkungen, Verstauchungen oder Schlaganfall hat, so wie Knocheneiterung, Knöchelausbuchtungen an Händen und Füssen, Krampfadergeschwüre, rheumatische Muskelverdickungen, Gichtknoten, Geschwülster, Nackenschmerzen, schmerzende Amputationsstümpfen, Beinhautentzündung oder Querschnittlähmungen hat kann man diesem Umschlag auflegen.

Mischtee:

Hilft bei Bronchialkatarrh, Beschwerden des Verdauungsapparats, Magenblutungen und Rippenfellentzündung.
Bei Magengeschwüren sollte man den Tee so mischen:
100g Beinwurz
50g Ringelblume
50g Vogelknöterich

Beinwurzblätterbad:

Hilft bei rheumatischen Leiden, Gicht, Knochenschmerzen, Durchblutungsstörungen, Bandscheibenschäden, Krampfadern und Nachbehandlungen von Knochenbrüchen.

ANWENDUNGSARTEN

Teebereitung mit Wurzeln: Zwei Teelöffel kleingeschnittene Wurzeln werden in ¼ Liter Wasser über Nacht angesetzt, morgens leicht angewärmt und ab gesiebt. schluckweise trinken.

Mischtee: Ein gehäufter Teelöffel der Mischung auf ¼ Liter Wasser, Brühen und 3Min. ziehen lassen. Drei bis vier Tassen tagsüber schluckweise warm trinken.

Breiauflagen: Gut getrocknete Wurzeln werden fein gemahlen, in einer Tasse mit sehr heissem Wasser und einigen Tropfen Speiseöl schnell zu einem Brei verrühren, auf ein Leinentüchlein gestrichen, warm auf die kranke Stelle legen und abbinden.

Blätterauflagen (frisch): Frische Blätter werden gewaschen, mit einem Nudelwalker auf einem Brett zermalmen, auf die betroffene Stelle legen und abbinden.

Test: Ich hatte eines Tages einen Jungen auf dem ich aufpassen musste. Er hatte in der Hand eine für seine Hand grosse Wunde. Ich machte ihm eine Tinktur. Als ich ihn etwa nach einer Woche sah, zeigte er mir die Hand, es war schon wieder sehr gut verheilt.

Brennnessel (Urtica diolga)

Andere Namen:

Nettel, Saunessel und Donnernessel.

Aussehen:

Sie wird bis zu einem Meter hoch. Die Blätter sind mit kleinen Brennhaaren bedeckt, die beim Berühren abbrechen und der Saft der auf die Haut tritt brennt dann.

Vorkommen:

Man sieht sie fast allen Orten wo man hinschaut.

Ernten:

Für den Wintervorrat sollte man die Brennnessel im Mai ernten. Sonst ist es egal.
Wenn die Brennnessel nicht brennen würde wäre sie schon lange ausgeraubt.

Brennnesseltee:

Hilft bei Ekzemen, Kopfschmerzen, Nieren- und Harngriesbildungen, Nierenerkrankungen, Blutzuckergehalt/ gesenkt, Erkrankungen und Entzündungen der Harngegend, Urinverhalten, Leber- und Gallenleiden, Milzerkrankungen, Milztumor, Verschleimungen des Magens und Atmungsorgane, bei Magenkrämpfen und -geschwüren, Darmgeschwüren, und Lungenerkrankungen, Viruserkrankungen, Entschlankungskur, Flecken, Juckreiz, Müdigkeit und Magenkrebswucherungen.
Wirkt stuhlgangfördernd und scheidet Bakterien aus.

Frische Brennnessel:

Bei Ischias, Hexenschuss oder Nervenentzündungen an Armen und Beinen, kann man mit einer frischen Brennnessel über die schmerzenden Stellen streichen.
Dann die Hautstellen einpudern.

Brennnesselwasser:

Eine grosse Menge von Brennnesseln in ein 300Liter Fass geben und mit Wasser füllen. Zum auslaugen lässt man die Brennnessel für längere Zeit im Wasser.
Mit diesem Wasser kann man durch giessen der Pflanzen Ungeziefer fern halten.
Sogar die Rüebli sind wurm frei.

Sonstiges:

Viele Landesbreiten bekämpft man heut zu Tage mit Gift, die Vögel und Insekten dazu vernichtet und den Menschen schadet!
Darum sollte die Brennnessel mit der Sense gemäht werden!

ANWENDUNGSARTEN

Teeaufguss: Ein gehäufter Teelöffel auf ¼ Liter Wasser, nur brühen, kurz ziehen lassen.

Test: Meine Mutter hatte schwere Kopfschmerzen schon fast Migräne, ich gab ihr einen Brennnesseltee, sie sagte mir das nächste Mal als sie aus dem Bett stieg, sie habe viel weniger schmerzen, sie wolle wieder aus dem Bett.

Frauenmantel (Alchemilla vulgaris)

Andere Namen:

Frauenmänteli, Frauenhilf, Herrgottmäntelchen, Marienkraut, Muttergottesmantel, Taublatt, Tauschüsselchen, Tränenschön und Weiberkittel.

Aussehen:

Die Pflanze hat einen festen, nicht allzu hohen Stängel mit sieben bis neun lapigen Blättern, mit gelbgrünen Blüten.

Vorkommen:

Sie kommt im Wald- und an Wegrändern, auf Hängen und feuchten Wiesen in höher gelegenen Gebirgsgegenden vor.

Ernten:

Während der Blütezeit von Mai bis September.

Frauenmanteltee:

Hilft bei Menstruationsstörungen, Weissfluss, Unterleibsbeschwerden und Unpässlichkeit in den Wechseljahren, Wundfieber, eitrigen Wunden und vernachlässigten Geschwüren, nach einem Zahnziehen, behebt Muskel und Gliederschmerzen, Blutarmut, Epilepsie, Brüche, Unterleibsentzündungen, Fieber, Brand, Eiterungen, Wunden, Stiche und Schnitte.
Kinder mit schwachen Muskeln werden stark und Fortgeschrittener.
Auch bei Problemen während und nach der Schwangerschaft z.B. bei Verletzungen nach der Entbindung, Erschlaffung der Unterleibs, Neigung zu Fehlgeburten, zur Stärkung der Gebärmutterbänder und bei allen Frauenkrankheiten.

Frauenmantel- Schafgarbentee:

Hilf bei jungen Mädchen, bei denen die monatliche Regel auch mit ärztlichen Medikamenten nicht einsetzen will und bei beginnender Pubertät.

Frauenmantel- Hirtentäscheltee:

Hilft bei Gebärmuttervorfall und Leistenbrüche.

ANWENDUNGSARTEN

Teebereitung: Ein gehäufter Teelöffel Kräuter auf ¼ Liter Wasser, nur brühen, kurz ziehen lassen.

Test: Ich hatte so feste Bauchkrämpfe während der Menstruation das ich fast nicht mehr laufen konnte.
Ich trank einen Frauenmanteltee.
Es ging nicht lange, hatten sich die Bauchkrämpfe gelöst und ich konnte ohne Schmerzen wieder an die Arbeit.

Hirtentäschel (Capsella bursa- pastoris)

Andere Namen:

Blutkraut, Gänsekresse, Herzkraut, Senkel und Täschelkraut.

Aussehen:

Die Blätter sind unregelmässig gezackt und der Stängel wird bis zu 40cm hoch. Die Blütezeit geht von März bis November.

Vorkommen:

Kommt auf Wegen, Wiesen. Brachland, Gräben, Böschungen, Feldern und Gemüsegärten vor.

Erntezeit:

Von Juni bis August.

Hirtentäscheltee:

Hilft bei allen Arten von Blutungen, Nasen-, Magen-, Darm- und unregelmässiges Gebärmutterbluten, endlos blutende Wunden und bei Schliessmuskelerschlaffung. Wird auch oft während der Pubertätszeit getrunken.

Sitzbäder, Waschungen:

Hilft bei blutenden Hämorrhoiden und geschwollenen Brüsten.

Hirtentäschel- Zinnkrauttee:

Hilft bei geschwollenen Brüsten, Nierenblutungen und Gebärmuttervorfall.

Hirtentäscheltinktur:

Hilft Leistenbruch zu heilen.

ANWENDUNGSARTEN

Teebereitung: Ein gehäufter Teelöffel Kräuter auf ¼ Liter Wasser, nur brühen, kurz ziehen lassen.

Hirtentäscheltinktur: Frisches Täschelkraut, Blätter, Stängel samt Blüte und Täschel werden klein geschnitten und locker bis zum Hals in eine Flasche gefüllt, darüber giesst man 38-40%igen Kore- oder Obstbranntwein (die Kräuter müssen bedeckt sein), lässt sie 14 Tage an der Sonne oder Wärme stehen.

Test: Mein Grossvater hatte eine Wunde am Kopf, weil er Blutverdünner hat blutete es sehr stark. Ich gab ihm ein Hirtentäscheltee.
Man konnte dann nach einer kurzen warte Pause zuschauen wie das Blut zurück ging.

Kamille (Matricaria chemonilla)

Andere Namen:

Echte Kamille, Feldkamille, Kornkamille, Mutterkraut, Hermelin, Hernützel, Drucken Kraut und Herml.

Aussehen:

Die Pflanze wird zwischen 10 bis 50cm hoch.

Vorkommen:

Auf Äckern, lehmigen Böden und Waldwiesen.

Erntezeit:

An besten in der Mittagssonne, von Mai bis Juni. Man sammelt nur dir Blütenköpfe.

Kamillentee:

Der Kamillentee wirkt besonders wenn man ihn schluckweise trinkt.
Er kann bei Krämpfen, Leibschmerzen, Blähungen, Durchfall, Ausschlägen, Magenleiden und -verschleimungen, Menstruatsionsstörungen, Ausbleiben der monatliche Regel, Unterleibsbeschwerden, Schlaflosigkeit Nebenhodenentzündungen, Fieber, Wund- und Zahnschmerzen und Ärger.
Dieser Tee wirkt schwitzend, beruhigend und krampfstillend, lindert Entzündungen aller Art.

Umschläge/ Waschungen:

Bei Entzündenden Augen, Bindehautentzündungen und Hautausschlägen sind Umschläge oder Waschungen möglich.
Bei Wunden empfehle ich Waschungen.
Bei Zahnschmerzen ist Gurgeln die beste und schnellste Heilung.
Kamille in Milch sieden und als warmer Umschlag über die geschlossenen Augen legen, das hilft gegen Augenschmerzen.

Kamillenbäder und -Waschungen:

Diese Bäder oder Waschungen beruhigen des Nervensystem und lässt Erschöpfungszustände verschwinden, sogar die Schönheits- und Haarpflege darf hier nicht vergessen oder vernachlässigt werden. Es verschafft eine geschmeidige Haut und glänzend feines Haar.

Salbe:

Die Salbe benutzt man für Wunden aller Arten.

Kamillendämpfe:

Bei Schnupfen und Nebenhöhlenkatar empfehle ich ein tägliches dämpfen mit Kamille.

Kamillenöl:

Kamillenöl benutzt man bei Neuralgien und Gliederrissen, so wie bei Müdigkeit der Glieder oder gelähmten Glieder.
Meerzwiebel gerieben in Kamillenöl verhilft Schwerhörigen zum Hören. Das warme Öl wird öfters ins Ohr geträufelt.

ANWENDUNGSARTEN

Teebereitung: 1 gehäufter Teelöffel Labkraut auf ¼ Liter Wasser, brühen, kurz ziehen lassen.

Frischsaft: Frisches Labkraut wird gewaschen und noch in feuchten Zustand mit der Saftzentrifuge entsaftet.

Salbenbereitung: Der Frischsaft wird mit zimmerwarmer Butter zu einer Salbe verrührt und im Kühlschrank aufbewahrt.

Test: Ich hatte einen sehr strengen Montag, in der Nacht konnte ich fast nicht schlafen. Ich sollte meiner Grossmutter im Garten helfen, aber ich war viel zu müde. Ich brauchte fast eine halbe Stunde um die Blumen zu giessen.
Ich trank dann einen Kamillentee.
Beim Zwiebeln setzen ging es schwupp die wupp und ich hatte über hundert Zwiebeln im Boden.

Löwenzahn (Taraxacum offizinale)

Andere Namen:

Butterblume, Kettenkraut, Laternenblume, Mönchsblume, Milchstock, und Wiesenlattich.

Aussehen:

Er wird bis zu 30cm hoch. Im Stängel befindet sich eine weisse Flüssigkeit. Die Blüte ist leuchtend gelb.

Vorkommen:

Auf allen Wiesen und Grasflächen. Mit Ausnahme von nassen Stellen. Man kann im April und Mai wunderbare, grosse, gelbe Flächen Löwenzahn sehen.

Ernte:

In Frühjahr oder im Herbst sammelt man die Blätter von den Blüten und die Wurzeln.
Während der Blütezeit sammelt man ein Stängel.
Die ganze Pflanze ist heilkräftig.

Blütenstängel frisch:

Stängel samt Blüte waschen und erst dann die Blüte entfernen und es sich dann schmecken lassen.
Er heilt chronische Leberentzündung beim Essen von 5-6 Stängeln pro Tag.
Bei Zuckerkrankheiten sollte man bis 10 Stängel pro Tag essen.
Bei Hautjucken, Flechten, Ausschlägen, Stoffwechselerkrankungen, Gicht, Rheuma, Drüsenschwellungen, Gelbsucht und Milzleiden einen Stängel pro Tag. Es wirkt blutreinigend, löst schmerzlos Gallensteine und verbessert die Magensäfte.

Löwenzahntee:

Wirkt blutreinigend, schweiss- und harntreibend, aber auch belebend. Macht das Blut dünnflüssig und ist verdauungsfördernd.

Aufguss:

Ich fand in einem alten Kräuterbuch, dass Frauen, aus den Wurzeln und dem Kraut, einen gebrühten Aufguss gemacht haben. Den benutzten sie als Schönheitsmittel, für Augen und Gesicht zu waschen. Damit wollten sie eine gesunde Gesichtspflege erreichen.

ANWENDUNGSARTEN

Teebereitung: 1 gehäufter Teelöffel Wurzeln werden über Nacht in ¼ Liter Wasser kalt angesetzt, am nächsten Tag bis zum Kochen erhitzen und abgeseiht. Diese Menge wird eine halbe Stunde vor und eine halbe Stunde nach dem Frühstück, schluckweise verteilt trinken.

Stängel: Täglich bis 10 rohe, gewaschene Blütenstängel gut kauen und essen.

Test: Meine Grossmutter hatte einen Ausschlag, sie wusste nicht von was.
Ich gab ihr den Tipp dass sie frische Löwenzahnsängel essen solle.
Sie machte es, sie ruf mir nach ein paar Tagen an und sagte das der Ausschlag wie vom Erdboden verschluckt sei.

Mais (Zea nays)

Andere Namen:

Kukuruz

Aussehen:

Die Form Tannzapfen mit gelben Kernchen.

Vorkommen:

Auf Feldern.

Ernten:

Von Juni bis Oktober.

Maisbarttee:

Hilft gegen Steinbildungen, Herzwassersucht und Ödemen, Nierenentzündungen, Nierenkoliken, Blasenkatarrh, Gicht und Rheuma, Bettnässe von Kinder und alten Leuten.
Dies ist ein Abmagerungs- und Entfettungsmittel.

ANWENDUNGSARTEN

Teebereitung: Ein gehäufter Teelöffel Maisbart wird in ¼ Liter heissem Wasser gebrüht. Kurz ziehen lassen, nicht süssen.

Test: Ich kannte ein älteres Ehepaar, der Mann war nicht mehr so gut auf, am Morgen war meistens sein Bett nass.
Ich sagte der Frau das sie ihm Meisbarttee zum trinken geben solle.
Tatsächlich, als ich ihr eines Tages anrief, sagte sie mir das dieser Tee genutzt hat. Sie müsse nicht jeden morgen sein Bett umziehen.

Mistel (Viscum album)

Andere Namen:

Albranken, Donnerbesen, Drudenfuss, Heiligkrautholz, Hexenbesen, Hexendrut.

Aussehen:

Lederartige, immer gelb-grüne Blätter. Die Beeren sind weisslich und etwas glasig. Innen sind sie schleimig und klebrig.
Sie pflanzen sich durch die Vögel fort.

Vorkommen:

Auf Tannen und Fichten.

Erntezeit:

Von Anfang bis Mitte Dezember sammelt man Blätter und kleine Stängel, die man zum Trocknen klein schneidet.
In den übrigen Monaten hat die Mistel keine Heilkraft.
Die Mistelbeeren sind zum Essen giftig!!

Misteltee:

Er heilt Bauchspeicheldrüsen, den gesamten Drüsenhaushalt, Zuckerkrankheiten, Chronische Stoffwechselkrankheit, den Hormonhaushalt, Arterienverkalkungen, Schlaganfall, Nasenbluten, Lungenblutungen, Darmblutungen, Typhus und Ruhr, hoher und niedriger Blutdruck, Blutandrang zum Kopf, Schwindelgefühle, Ohrensausen, Sehstörungen, alle Herzschäden, Herz- und Kreislaufstörungen, Mattigkeit, Herzrhythmusstörungen, Unlust zur Arbeit, Nachblutungen, Angstgefühle, Atemnot und Unfruchtbarkeit der Frau.

Mistelsalbe:

Die dient bei Erfrierungen und gefrorenen Nasen.

ANWENDUNGSARTEN

Teebereitung: Der Missteltee wird nur im kalten Ansatz hergestellt. Ein gehäufter Teelöffel Mistel wird in ¼ Liter Wasser über Nacht angesetzt, morgens leicht angewärmt und ab gesiebt. Benötigt man pro Tag eine grössere Menge, müsste der Tee in einer heiss ausgespülten Thermosflasche aufbewahrt oder aber jeweils im Wasserbad erwärmt werden.

Salbenbereitung: Die frischen weissen Beeren der Mistel werden mit Schweinefett zu einer Salbe kalt verrührt (bei Erfrierungen äusserlich anwenden).

Test: Mein Vater hatte fest Nasenbluten.
Ich geb ihm einen Misteltee.
Es ging nicht lange da hatte seine Nase aufgehört mit Bluten.

Sauerklee (Oxalis acetosella)

Andere Namen:

Hasen- Waldklee, Himmelsbot.

Aussehen:

Zarte weisse Blümchen mit hellgrünen Blättern.

Vorkommen:

In Laub- und Nadelwäldern.

Erntezeit:

Das ganze Kraut ohne Wurzeln zur Blütezeit.

Sauerkleetee:

Hilft gegen Sodbrennen, Leber- und Verdauungsstörungen wenn man ihn kalt trinkt. Gegen Gelbsucht, Nierenentzündung, Hautausschlägen und Würmern wen man ihn warm trinkt. Bei Magenkrebs, krebsartigen inneren und äusseren Geschwüren und Geschwülster sollte man den Tee warm trinken und dazu jede Stunde 3-5 Tropfen Frischsaft einnehmen.

ANWENDUNGSARTEN

Teeaufguss: Ein gehäufter Teelöffel auf ¼ Liter Wasser, nur brühen, kurz ziehen lassen.

Test: Meiner Cousine ihr Hütekind hatte Gelbsucht.
Ich gab ihr Sauerkleetee.
Als ich meine Cousine das nächste Mal sah, sagte sie mir, dass die Eltern so erstaunt waren und sie wissen wollten was sie ihm gegeben haben

© Peter Schneider

Schlüsselblume (Primula officinalis)

Andere Namen:

Eierkraut, Heiratsschlüssel und Kraft Blume.

Aussehen:

Ein 10- 20cm hoher Stängel, in dem sich aus der Mitte eine Blattrosette erhebt.
Der gelbe Speik steht unter Naturschutz und darf nicht gesammelt werden.

Vorkommen:

Auf Wiesen, Hügel- und Voralpenland, Waldränder und unter Gebüschen.

Erntezeit:

Die obere Dolde. Im Frühling.

Tee Arten:

1.Art:
50g Schlüsselblumen
25g Lavendelblüten
10g Johanniskraut
15g Fruchtzapfen vom Hopfen
05g Baldrianwurzeln
Ein gehäufter Teelöffel von dieser Mischung in ¼ Liter heisses Wasser geben und 3Min. stehen lassen. Schluckweise vor dem Schlafengehen warm einnehmen.

Er hilft gegen Schlaflosigkeit, Nervenstörungen, beruhigt Herz und Nieren. Wirkt Blutreinigend und scheidet Giftstoffe die zu Gicht und Rheumatischen Erkrankungen führen können aus.

2.Art:
50g Schlüsselblumen
50g junges Schossen vom Holunder
15g Brennnesselblätter
15g Löwenzahnwurzeln

Ein gehäufter Teelöffel von dieser Mischung in ¼ Liter heisses Wasser geben und 3Min. stehen lassen.
Tagsüber zwei Tassen schluckweise trinken.

Der hilft gegen Migräne und nervöse Kopfschmerzen, Herzmuskelentzündung, Wassersucht, Neigung zu Schlaganfall, mit Honig dazu gemischt hilft er sogar beim Blasenstein entfernen.

ANWENDUNGSARTEN

Teebereitung: Ein gehäufter Teelöffel Kräuter auf ¼ Liter Wasser, nur brühen, kurz ziehen lassen.

Test: Als mein Cousin Erkältet war, bereitete ich ihm den Tee der Art zu. Am nächsten Tag bekam ich ein Telefon, er sagte mir, er sei wieder so fit wie vorher.

Spitzwegerich (Plantago lanceolata)

Andere Namen:

Wegtritt oder Rossrippen

Aussehen:

Er hat langförmige Blätter, die direkt aus dem Boden wachsen. Sie sind schmal und vorne spitz. In den Blättern verlaufen fünf Blattadern.

Vorkommen:

Auf Wiesen und Felder allgemein.

Erntezeit:

Blätter: Vom Mai bis August
Wurzel: Ende August bis Oktober

Teeaufguss:

Gegen alle Erkrankungen der Atmungsorgane; Verschleimungen, Husten, Keuchhusten, Lungenasthma und Lungentuberkulose. So wie bei schlechtem Blut, schwache Lungen und Nieren, bleiches Aussehen, Ausschlägen, Rüden, Flechten, schwächlichen Kindern, Lungen- und Bronchialasthma, Leber- und Blasenleiden.

Blätterauflage:

Bei Rissen, Schnitten, Insektenstiche, Bisse von wütenden Hunden oder giftigen Tieren, Blasen und Kröpfen.

ANWENDUNGSARTEN

Teeaufguss: Ein gehäufter Teelöffel auf ¼ Liter Wasser, nur brühen, kurz ziehen lassen.

Blätterauflagen: Frische Spitz- und Breitwegerichblätter werden gewaschen, auf einem Brett mit einem Nudelwalker zu einem Blätterbrei zerwalken und auflegen.

Test: Als ich mit meinem jüngsten Cousin spazieren ging, schnitt er sich mit einer Schmäle. Ich legte ihn ein Spitzwegerich Blatt auf so dass es schnell verheilt.

Thymian (Thymus serpy- lum)

Andere Namen:

Quendel, Kduddelkraut, oder Bienenkraut.

Aussehen:

Er kann bis zu 50 cm hoch werden.

Vorkommen:

Er wächst auf Böschungen, auf sonnigen Rainen, mageren Waldrändern, und auch auf kleinen Ameisenhaufen. Er braucht Wärme und Sonne darum hält er sich auf steinigen Böden auf.

Erntezeit:

Von Juni bis August in der Blütezeit und am besten in der Mittagssonne.

Thymiantee:

Er regt Harnfluss und Monatsregel an, beschleunigt eine normale Geburt beim Austritt des Kindes, befördert Fehlgeburten, verhindert Lähmungen und Nierenerkrankungen. Trunksucht und epileptische Anfälle wen man den Tee das ganze Jahr durch trinkt.

Thymian- Kamille-Schafgarbentee:

Bei neuralgischen Gesichtsschmerzen, Verkrampfungen, und Typhus.

Thymian- Öl:

Wirkt gegen Lähmungen, Schlaganfälle, Multiple Sklerose, Muskelschwund, Rheumatismus und Verstauchungen.

Thymiantee & Kräuterkissen:

Wirkt gegen Magen- und Menstruationskämpfen, Krämpfe im Unterleib, Geschwülster, Quetschungen und veraltetem Rheuma.

Tinktur:

Sehr gut für schwach entwickelte Kinder, zur Gliederstärkung und Multiple Sklerose.

Thymianbad:

Bei unruhigen und nervösen Kindern und bei erwachsenen Menschen mit nervöser Überreizungen und Depressionen. Man fühlt sich sofort viel besser.

ANWENDUNGSARTEN

Teeaufguss: Ein gehäufter Teelöffel auf ¼ Liter gerade kochendem Wasser aufbrühen, kurz ziehen lassen.

Badezusatz: Für ein Vollbad 200g Kräuter.

Thymianöl: Die in der Mittagssonne gepflückten Blütenstände werden locker in eine Flasche gefüllt und mit kaltgepresstem Olivenöl übergossen, so dass das Öl zweifingerbreit über den Blüten steht. 14 Tage an der Sonne oder in Herd nähe stehen lassen.

Thymian- Tinktur: Die in der Mittagssonne gepflückten Blütenstände werden in eine Flasche locker bis zum Hals gefüllt, mir 38-40%igem Korn- oder Obstbranntwein übergossen und 14 Tage in der Sonne stehen gelassen.

Kräuterkissen: Die Kräuter werden in ein Kissen gefüllt und zugenäht.

© Richard Meier

Schlusswort

Ich war manchmal auch erstaunt, was man alles heilen kann mit solchen Pflanzen die wir meistens nur als simple Pflanze anschauen. Die von Tieren gefressen, zertrampelt, verschissen oder zerstört wird. Wir Menschen lassen sie stehen oder zerstören sie. So wie die Brennnessel die wir Menschen nicht so schätzen, wird mit Gift vernichtet. Sie hat so eine grosse Heilkraft. Das wissen viele Menschen nicht. Nur weil sie brennt, da kann sie auch nichts dafür. Die Pflanzen sind so wie sie sind. Sie können sich nicht verändern. Wir können uns ändern und sie so nehmen wie sie sind.
Ich habe 12 Pflanzen aus unserer Gegend näher unter die Lupe genommen. Ich habe schon bei Diesen herausgefunden, dass viele dieselbe Heilkraft haben. Warum verwendet man dann nicht mehr Heilpflanzen? Die Indianer haben es auch geschafft sich fit und gesund zu halten. Wieso müssen wir mit solch blöden Tabletten uns im Leben behalten? Tabletten sind manchmal gar nicht so ungefährlich und gesund sind die auch nicht. Es gibt Leute die süchtig werden von denen. Manche Leute bekommen Schmerztröpfchen, sie meinen ohne diese Tröpfchen würden die Schmerzen nicht zurück gehen. Aber wenn man ihnen dann ein paar Tröpfchen Wasser gibt, gehen dann die Schmerzen weg. Wenn sie Tee Süchtig sind und sie eine andere Erkrankung oder ein anderes Leiden haben, kann man nur Tee wechseln. Vielleicht wird es mit den Jahren mal überprüft und geändert. Ich finde, man sollte sich mit Heilpflanzen heilen wie die Indianer. Mich dünkt es, man kann schon auch süchtig werden, aber nicht so schlimm wie bei den Tabletten.
Ich habe durch diese Arbeit sehr viel erfahren. Manchmal ging mir das Schreiben etwas ringer und eine anderes Mal etwas harziger. Ich habe sehr viel daran arbeiten müssen und mich manchmal auch zwingen, dass ich den Faden nicht verlor und nicht aus dem Zeitplan fiel. Aber ich habe es geschafft rechtzeitig fertig zu sein und habe alles gemacht was ich konnte.

Quellen

- Internet:
  - http://www.heilpflanze.ch
  - http://www.heilpflanzen-suchmaschine.de
  - http://www.heilkraeuter.de
  - http://www.heilkrauter.net
  - http://www.wikipedia.org
  - http://www.gemueselexikon.ch
  - http://www.google.ch

- Bücher:
  - Geheimnisse und Heilkräfte der Pflanze
  - Die Heilkraft Gottes