Foto: © Ellen Huber

Elektronischer Sonderdruck zur persönlichen Verwendung

ZAUBERKRAUT für Diplomaten

Einst war EISENKRAUT heilsame Zutat mittelalterlicher Wundtränke. Seine antientzündlichen, antibiotischen und beruhigenden Eigenschaften machen es bis heute zu einer interessanten Heilpflanze.

Ellen Huber

IM ALTEN ROM trugen die sogenannten Fetialen Eisenkrautgewinde auf dem Kopf. Diese Priesterschaft kümmerte sich unter anderem um die völkerrechtlichen Außenbeziehungen Roms und benutzte das Kraut zur Säuberung des Opfertisches und zu Reinigungsritualen. Daher wird Eisenkraut einerseits als Diplomatenkraut bezeichnet und mit persönlicher Ausstrahlung und diplomatischer Gelassenheit assoziiert. Weitere Bezeichnungen sind im Hinblick auf die rituelle Verwendung Wiesel-, Katzen- oder Opferblut.

Zauberpflanze, Blutkraut und Lebensrute aus der Antike

Der lateinische Name „Verbena officinalis" geht offenbar auf die Sammelbezeichnung „Verbenae" zurück, für frische Zweige von Bäumen, Sträuchern oder Kräutern. „Verbenatus" bedeutet „mit heiligen Zweigen bekränzt". Dem Eisenkraut wurden in diesem Zusammenhang bereits in der Antike reinigende oder Zauber abwehrende Eigenschaften zugesprochen. Möglicherweise diente es auch als Lebensrute (Verbera = Ruten / Schläge). Mit

Huber E: Zauberkraut für Diplomaten. DHZ – Deutsche Heilpraktiker Zeitschrift, 2017; 7: 56–60

REZEPT

Tinktur zur Beruhigung, Schlafförderung und für geistige Fitness

Zur Blütezeit Blätter und Blütenähren sammeln. Alternativ getrocknetes Kraut verwenden. Pflanzenteile zerkleinern und im Mörser unter Zugabe von etwas Alkohol klein mörsern. Glas mit Metalldeckel zu einem Drittel mit dem Mörsergut füllen und bis zum Rand mit 38 %igem Alkohol aufgießen. Verschließen, dunkel stellen und jeden zweiten Tag umschütteln. Nach ca. drei Wochen Tinktur abseihen und in eine lichtdichte Tropfflasche füllen.

Dosierung: akut 3 × tgl. 10–15 Tr., längerfristig 3 × tgl. 5 Tr.

Die Tropfen können bei nervösen Herzbeschwerden, Schlafstörungen und Erregungszuständen eingenommen werden. Auch vor Prüfungen haben sie sich zur Verstärkung der persönlichen Ausstrahlung und Gelassenheit bewährt. In der Frauenheilkunde dient die Tinktur zur Geburtserleichterung bei Wehenschwäche.

Urtinkturen von Verbena officinalis sind bei DHU, Spagyra und der Lindenapotheke Pfaffenhofen erhältlich, spagyrische Präparate bei Spagyros (nur in der Schweiz) und Spagyra. Die Dosis beträgt jeweils 3 × tgl. 10–15 Tr. Getrocknetes Eisenkraut ist als Verbenae herba in der Apotheke oder im Kräuterladen zu bekommen.

Merke: Eisenkraut aus dem Handel ist nicht zu verwechseln mit der Zitronenverbene (Lippia citrodora oder Aloysia citrodora), die oft unter der Bezeichnung Verbena angeboten wird.

Kombinationspräparate: Sinusitis, seelischer Aufbau, Entgiftung

Jeweils bei akuten und chronischen Entzündungen der Nasennebenhöhlen:

- Sinupret®: 3 × tgl. 2 Tbl.
- Sinupret® forte: 3 × tgl. 1 Tbl.
- Sinupret® extract: 3 × tgl.1 Tbl.
- Sinupret® Tr.: 3 × tgl. 50 Tr.)
- Sinupret® Saft (alle Präparate Fa. Bionorica): 3 × tgl. 7 ml

Für seelische Aufbauprozesse:

- Solunat Nr. 12 (Fa. Soluna): 2- bis 3-mal tgl. 5–10 Tr.

Als Baustein einer Entgiftungstherapie:

- Phönix Thuja lachesis spag.: 3- bis 4-mal tgl. 20 Tr.

In der Homöopathie wird vorwiegend die Urtinktur für die genannten Indikationen eingesetzt.

Insbesondere die neuro- und kardioprotektiven Effekte von Verbena officinalis eröffnen erweiterte Indikationsgebiete in der modernen Phytotherapie. Eine eingehendere Erforschung der endokrinen Wirkung wäre wünschenswert, um auch diesen Anwendungsbereich signifikant zu verifizieren. ▪

Dieser Artikel ist online zu finden:
http://dx.doi.org/10.1055/s-0043-120754

HP Ellen Huber

E-Mail: info@heilpflanzenschule-millefolia.de
www.heilpflanzenschule-millefolia.de

Die Heilpflanzenexpertin arbeitet als Diplom-Biologin seit 35 Jahren mit Pflanzen. Ihre Erfahrungen als Heilpraktikerin in eigener Praxis und umfangreiche Kenntnisse der Heilkräuterkunde gibt sie seit 17 Jahren in Seminaren ihrer Heilpflanzenschule Millefolia im In- und Ausland weiter. In ihrem Buch „Pflanzenschätze der Ahnen – alte Heilkunst und aktuelle Forschung“ wird verschüttetem Wissen zu 66 Pflanzen wieder eine Stimme verliehen.

Elektronischer Sonderdruck zur persönlichen Verwendung