

Engelwurz

Engelwurz gegen Schimmelpilze, Magen-Darm-Probleme, Rheuma und Husten

Die Pflanze findet man ursprünglich im europäischen Norden, also z.B. in Island, Grönland oder Nordengland. Jedoch auch in östlichen Gebieten, z.B. am Baikalsee und Transsilvanien, wächst Engelwurz (auch als Angelika, Zahme Angelika, Angolkenwurzel, Argelkleinwurz, Brustwurz, Gartenangelik, Geistwurzel, Heiliggeistwurzel, Giftwürze, Gölk, Ledpfeifenkraut, Luftwurzel bezeichnet).

Man findet die Angelika an Gräben und Ufern, auf feuchten Wiesen, in flachen Mooren oder in Gebüsch. Zudem hat sie eine Vorliebe für Erlenwälder. Auch in verwilderten Hausgärten ist sie vereinzelt anzutreffen.

Die Angelika gehört zur Familie der Doldenblütler.

Es besteht eine Verwechslungsgefahr mit dem tödlich giftigen Wasserschierling, deshalb sollte man die Pflanze sehr gut kennen, bevor man sie sammelt. Der echte Engelwurz kommt bei uns nur vereinzelt vor. Er ist wegen seinen großen Dolden von Bienen umschwärmt. Noch heute wird in nördlichen Ländern Engelwurz als Gemüse gegessen.

Der Engelwurz wurde lange Zeit von der Schulmedizin unterschätzt: In ihm enthalten sind unter anderem Gerbstoffe und Vitamin B 12, die in unserem Körper Glückshormone freisetzen. Dies kann bei leichten depressiven Verstimmungen helfen.

Wirkung und Anwendung von Engelwurz

Es besteht eine Verwechslungsgefahr mit dem tödlich giftigen Wasserschierling, deshalb sollte man die Pflanze sehr gut kennen, bevor man sie sammelt. Der echte Engelwurz kommt bei uns nur vereinzelt vor. Er ist wegen seinen großen Dolden von Bienen umschwärmt. Noch heute wird in nördlichen Ländern Engelwurz als Gemüse gegessen. Der Engelwurz wurde lange Zeit von der Schulmedizin unterschätzt: In ihm enthalten sind unter anderem Gerbstoffe und Vitamin B 12, die in unserem Körper Glückshormone freisetzen. Dies kann bei leichten depressiven Verstimmungen helfen.

Verwendung in der Pflanzenheilkunde Engelwurz ist eine Pflanze der nördlichen Zonen. In Mittelmeerraum gibt es keine Engelwurz, daher schreiben antike Autoren auch nicht über sie. Die ältesten Schriftzeugnisse über Kultur und Verwendung stammen aus Skandinavien, Island und Grönland. Auf skandinavischen Märkten war sie seit dem 10. Jahrhundert erhältlich. Es waren die Wikinger im 10. Jahrhundert, die die Engelwurz in Mitteleuropa einführten. In Mitteleuropa kam die Engelwurz als Kulturpflanze im späten Mittelalter auf, und zwar zunächst in den Klostergärten. Seit dem 15. Jahrhundert erfreute sie sich in Europa großer Beliebtheit und wurde als das wichtigste aller Heilkräuter eingestuft. Die Benediktiner und später die Kartäuser nahmen sich der Engelwurz besonders an. Während den Pestepidemien kauten Ärzte auf der Wurzel der Engelwurz, um sich vor Ansteckung zu schützen. Noch 1771 gab der französische Autor Buchoz seinen Lesern den Rat, bei Pestepidemien seine Kleidung mit einem Pulver aus Engelwurz zu bestreuen.

- Abwehrsteigernd
- Appetitlosigkeit
- Blähungen
- Depressionen

- Erkältungskrankheiten
- Erschöpfungszustände
- Klimakterium
- Kraftspendend
- Kreislauf stabilisierend
- Leberschwäche
- Magenkrämpfe
- Magenschwäche
- Menstruationsbeschwerden
- Nervöse Verdauungsbeschwerden
- Rheuma
- Stimuliert den Uterus
- Stress
- Verstopfung
- Magenmittel
- Blähungstreibend
- Appetitanregend
- Verdauungsfördernd
- Magenleiden
- Fieber
- Lungen- und Rippenfellentzündung
- Typhus
- Schweißtreibend
- Schleimlösend

In der Volksmedizin wurde Engelwurz als Gegenmittel gegen Tollkirschenvergiftung eingesetzt. Sie sollte aber auch bei Alkoholvergiftung wirken.

Engelwurz gilt nach wie vor als Universalheilmittel, das antibakteriell wirkt und auch gegen Schimmelpilze hilft. Der Tee hilft bei Magen-Darm-Problemen, Rheuma und Husten. Die Wurzel regt die Lebertätigkeit an.

Geschichtliches zur Engelwurz

Man sagt, die Angelika blüht am 29. September, dem Tag des Erzengels Michael. Dieser Engel soll einem Mönch in einem Traum gezeigt haben, dass man mit Angelika die Pest heilen kann.

Früher verwendete man die Angelika für allerlei Zauber, zum Beispiel einen Verjüngungstrank. Sie wurde aber auch vielerorts als Heilmittel angewendet. Auch gegen Alkoholsüchtig, dem Rauchen oder gar der Tollwut wurde sie eingesetzt.

Eltern gaben ihren erwachsenen Kindern ein Pulver aus Angelika in den Wein, so daß "die tobende Lust der jungen Menschen" gemäßigt wurde...

Die Angelika gehört zu all jenen, die am 11. Juli geboren wurden. Sie steht für Inspiration und leichte Schwermut. Sie gehört zudem zur Sonne und zum Sternzeichen Löwe.

Der Angelika schrieb man magische Kräfte zu. So soll sie z.B. vor Hexerei schützen, weil keine ehrbare Hexe Angelika anwendete.

Während der Pest wurde den Menschen geraten, Angelika zu kauen, damit sie sich nicht ansteckten. Der Duft von Angelika soll, der Sage nach, inspirieren und neue Gedanken und Lösungen zeigen.

Paracelsus lobte ihren Saft als "höchste Arznei" gegen innere Infektionen.