

# Spitzwegerich

## Spitzwegerich hat eine besondere Wirkung auf die Lungen

Der Spitzwegerich gehört zu den ausdauernden Pflanzen, er erblüht zwischen Mai und September. Seine Blätter kann man vom Juni bis in den September selbst sammeln. Danach werden sie schonend getrocknet, man sollte darauf achten, dass sie nicht braun werden. Spitzwegerich ist überall zu finden. Er gilt sogar als Unkraut. Wegen seiner besonderen Heilwirkung wird der Spitzwegerich auch als „Heilwegerich“ gerühmt.

In der Naturheilkunde wird der Saft der Pflanze schon lange gegen Wunden und bei Insektenstichen eingesetzt. Dazu sollte man gleich nach dem Insektenstich frische, zerriebene Blätter auf die betroffene Stelle legen. Die Wirkung des Spitzwegerich ist inzwischen auch wissenschaftlich belegt.

Der Spitzwegerich enthält einen antibiotischen Stoff, das Aucubin, welches allerdings nicht so wirkungsvoll ist wie das allseits bekannte Penicillin, das ist trotzdem bei Verletzungen, bei einer Bronchitis oder bei Entzündungen wunderbar wirkt. Neben den Schleimstoffen, die der Spitzwegerich enthält, finden sich zudem Gerbstoffe und Kieselsäure. Außerdem gehört der Spitzwegerich zu den wenigen Pflanzen, die die Produktion von Interferon beim Menschen anregen. Dies erhöht die Abwehrkräfte gegen Viren in den Luftwegen.

Spitzwegerich hat eine besondere Wirkung auf die Lungen: Die enthaltenen Glykoside lindern bei Hustenanfällen die Beschwerden und helfen sogar bei einer Lungenentzündung. In der Naturheilkunde setzt man den Spitzwegerich deshalb bei Husten ein, bei Heiserkeit, bei Bronchialkatarrhen und auch bei Keuchhusten.

Frischen Saft der Pflanze, den man mit Zucker oder Honig süßt, empfiehlt man bei Kindern gegen Husten.

Äußerlich angewendet helfen die Blätter des Spitzwegerichs bei Blutergüssen, bei Prellungen, bei Verbrennungen und bei Insekten- oder Bienenstichen. Dazu werden die Blätter zerdrückt und auf die Stelle aufgelegt.

Zudem hilft der Saft der Pflanze als Gurgelmittel bei entzündeten Mandeln oder als Spülung bei Augenbeschwerden.

## Heilwirkungen:

antibakteriell, adstringierend, blutreinigend, blutstillend, entzündungshemmend, harntreibend, schleimlösend,

## Inhaltsstoffe

Schleimstoffe, Saponine, Glykoside, Gerbstoffe, Kieselsäure, Vitamin C, antibiotische Stoffe, ätherisches Öl, Lab-Enzym

# Anwendungsbereiche

- Afterjucken,
- Appetitlosigkeit,
- Asthma,
- Augenentzündungen,
- Blasenschwäche,
- Bronchitis,
- Darmschleimhautentzündung,
- Durchfall,
- Ekzeme,
- Erkältung,
- Fettsucht,
- Furunkel,
- Hämorrhoiden,
- Halsentzündung,
- Halsschmerzen,
- Hautabschürfungen,
- Insektenstiche,
- Katarrhe der oberen Luftwege,
- Keuchhusten,
- Leberschwäche,
- Magenschleimhautentzündung,
- Ödeme (Wassersucht),
- Quetschungen,
- Soor (Candida),
- Verstopfung,
- blutende Wunden,
- leichte Verbrennungen,