

Knoblauchhederich

botanischer Namen:	Alliaria petiolata / - officinalis
Synonima:	Lauchhederich, Lauchkraut, Knoblauchrauke
Familie:	Brassicaceae
Vorkommen/Aussehen:	Europa (ohne Mittelmeerregion) an feuchten Stellen, in Gebüsch, an Wegen, Waldrändern zweijährig STENGEL: aufrecht, kantig, einfach beblättert, 50-80cm hoch BLÄTTER: gekerbt, die unteren nieren-, die oberen herzförmig BLÜTEN: weiss, in endständigen Trauben FRÜCHTE: Schoten, gestreift WURZEL: scharf, rettichartiger Geschmack ganze Pflanze mit Knoblauchgeruch und scharfem Geschmack
Blütezeit:	April – Juni
verwendete Teile:	Kraut
Erntezeit:	April – Juli
Wirkstoffe:	ätherische Öle, Senfölglykoside
Wirkung:	desinfizierend, auswurfördernd, harntreibend, stoffwechsellanregend äusserlich: wundreinigend, -heilend
Nebenwirkung :	Hautkontakt kann selten zu Rötung, Entzündung führen
Anwendung:	Tee, Tinktur, Presssaft, Wildkräuterküche (Blatt, Blüte, Wurzel va. im Frühling) ä: Umschlag, Gurgelwasser
Zubereitung/Dosierung:	am besten frisch als Salatbeilage, Samen als Pfeffersatz
Volksheilkunde:	bei Würmern, infizierten Wunden und Geschwüren
Bemerkungen:	HUMORALE QUALITÄTEN: w 2, t 2 verdaut rohe und verdorbene Säfte, wärmt den Magen, treibt zähen Schleim aus der Brust Auswanderer aus Europa nahmen die gesunde Nahrungspflanze nach Amerika mit, wo sie sich als Neophyt rasch ausbreitete und nun z.T. die heimische Flora bedrängt

Auswahl an Indikationen:

Indikation	Krankheitsbegriff	innerlich	Spezies
ja = Indikation nein = Kontraindikation		ja = innerlich nein = äusserlich	1 = Mensch 2 = Tier
Ja	Abwehrschwäche	Ja	1
Ja	Arteriosklerose	Ja	1
Ja	Durchblutungsstörung	Ja	1
Ja	Ekzem	Nein	1
Ja	Ekzem	Ja	1
Ja	Hauterkrankung	Nein	1
Ja	Hauterkrankung	Ja	1
Ja	Verdauungsschwäche	Ja	1
Ja	Würmer	Ja	1
Ja	Wunde	Nein	1
Ja	Zahnfleischentzündung	Nein	1

www.ch-raimann.ch
Christian Raimann, 2007

