

Kräuter und ihre Kräfte

Weidenröschen, kleinblütiges *Epilobium parviflorum*



Familie: Onogracea (Nachtkerzengewächse)

Für manche ist es im Garten ein lästiges Unkraut das erbarmungslos eliminiert wird – für andere ist das Weidenröschen eine wertvolle Heilpflanze. So ist es auch nicht verwunderlich, dass die Heilpflanzenkunde dem Weidenröschen über lange Zeit nicht den ihm gebührenden Platz in der Heilkunde zu geben vermochte. Doch schon in alten Kräuterbüchern findet man den Hinweis, dass Weidenröschen in früheren Zeiten als Heilpflanze geschätzt und genutzt wurde; ebenso gehörte es seit jeher in den Heilpflanzenschatz afrikanischer Völker. Erst vor einigen Jahren ist die Heilwirkung des Weidenröschens in der Volksmedizin zu neuem Leben erwacht.

Bei uns sind mehr als 20 Weidenröschen-Arten bekannt, die Heilkräftigste aller Arten ist *Epilobium parviflorum*, das **kleinblütige Weidenröschen**. Weidenröschen ist einjährig, hat rosarote Blüten mit vier Blütenblättern, blüht Juni – August und vermehrt sich mit jeweils hunderten von behaarten braunen Samen, die mit dem Wind davonfliegen. Zu Heilzwecken werden Blüten, Blätter und Stängel des Weidenröschens während seiner Blütezeit gesammelt.

Die oberirdischen, zu Heilzwecken verwendeten Organe der Heilpflanze enthalten Gerbstoff, Schleim, Pektin, Gallussäure, Flavonoide, Sitosterol und Anthocyane. Während

in früheren Zeiten die blutstillende Wirkung des Weidenröschens im Vordergrund stand, hat man heute erkannt dass seine Hauptwirkung in einem anderen Bereich liegt. Jetzt weiss man, dass Weidenröschen **harn-treibend** wirkt ohne die Nieren zu reizen. Weidenröschentee wird oftmals von Männern ab 50 Jahren regelmässig getrunken, da die Harnabgangsmenge deutlich gesteigert wird und sich häufiger Harndrang somit vermindert. Zudem wird vermutet, dass regelmässige Anwendung **rückbildend auf die Vorsteherdrüsenvergrößerung** wirken kann, also bei gutartigen Prostatabeschwerden hilfreich sein kann. Frauen können natürlich ebenso gut von der harntreibenden Wirkung des Weidenröschens profitieren.

Weidenröschentee wird volksmedizinisch empfohlen als Aufguss des getrockneten Krautes bei **Harnverhalten, Harnträufeln, Blasen- und Nierenbeschwerden, Bett-nässen und bei Harnverhalten älterer Menschen**. Viele ältere Männer machen zudem gute Erfolge bei gleichzeitiger täglicher Einnahme von Kürbiskernen. In jedem Fall sollte eine auftretende Prostatavergrößerung durch den Arzt abgeklärt werden, denn nur gutartige Vergrößerungen eignen sich zur Selbstbehandlung.

Peter Brechbühl, Dipl. Drogist HF
sigriswil@pedro-drogerie.ch
www.pedro-drogerie.ch