Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 58 (2001)
Heft: 10: Genauer hingeschaut : Schlagwort "Schlacken"

Artikel: Beinwell/Wallwurz
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-558080

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 12.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Beinwell/Wallwurz

Militärärzte beobachteten immer wieder, dass eitrige Wunden, die von Fliegenmaden befallen wurden, schneller abheilen als madenfreie Verletzungen. Des Rätsels Lösung: Maden scheiden als Stickstoffendprodukt Allantoin aus. Diesen Stoff – in Verbindung mit vielen anderen heilsamen Stoffen – enthält auch die Heilpflanze Beinwell, die als «Allheilmittel für Wunden und Knochen» bekannt ist. Die hervorragende Förderung der Wundheilung ist vor allem auf den Gehalt an Allantoin zurückzuführen – einer Verbindung, die auch bei vielen Tieren (aber nicht beim Menschen) im Rahmen des Stoffwechsels aus Harnsäure entsteht und die Wundheilung unterstützt.

Beinwell ist eine der 1600 Arten der Borretschgewächse (*Boraginaceae*). Die Pflanze hat sehr viele Namen, unter anderem wird sie Soldatenwurzel, Beinheil und Wundschad genannt. Sie ist in fast allen europäischen Ländern weit verbreitet, ebenso in Asien, Australien und Nordamerika. Bis 1500 m.ü.M. wächst sie fast überall: Feuchtgebiete sind ihre Lieblingsplätze, sie gibt sich aber auch mit Schutthalden zufrieden. Im Garten liebt der Beinwell tiefgründigen humosen Boden und reichlich Kompost. (Vorsicht: «Erntet» bzw. beschneidet man die Wurzeln nicht, macht sich die bis zu anderthalb Meter

Von Mai bis September erblüht der Beinwell mit dunkelrot-violetten oder gelblich-weißen, glockigen Blüten. Die borstig behaarte Staude wird bis zu 90 Zentimeter hoch und ist fast in ganz Europa heimisch.

hohe Pflanze ziemlich breit.) Sie dient aber nicht nur als Notapotheke für den Menschen, die grossen Blätter sind bei Gärtnern auch als Bodendecker und biologisches Düngemittel beliebt.

Therapeutische Anwendung

Für Heilzwecke wird beim Beinwell (*Symphytum officinale*) vor allem die Wurzel verwendet. Gemäss dem «Kräuterlexikon» von Prof. Dr. H. Schilcher kommen aber auch die Blätter und das blühende Kraut infrage. Neben dem schon erwähnten wichtigen Allantoin enthält die Wallwurzwurzel Gerbstoff, Schleim, Phytosterine, organische Säuren, Cholin, Aminosäuren und Zucker. Wallwurz hat eine abschwellende, kühlende, schmerzlindernde, zusammenziehende, durchblutungsfördernde und entzündungshemmende Wirkung. Die Gewebserneuerung und die Narbenbildung werden positiv beeinflusst. Die bevorzugte Anwendung ist die äusserliche in Form von Salben, Pasten, Tinkturen oder (seltener) Pulver. Auch der Brei frischer Wurzeln kann in Form eines Umschlags aufgelegt werden. Behandelt werden schlecht heilende, nicht blutende Wunden, stumpfe Verletzungen, Verstauchungen, Zerrungen, Prellungen, Gichtknoten, Knochenbrüche, Blutergüsse, Nagelbettentzündungen, Furunkel, Muskelkater, Sehnen- und Schleimbeutelentzündungen sowie Drüsenschwellungen infolge fieberhafter Erkältungskrankheiten.

In homöopathischen Zubereitungen wird Beinwell/Wallwurz bei Arthritis, Arthrose, Bandscheibenschäden und Frakturen sowie bei Entzündungen der Verdauungsorgane eingesetzt.

So bereiten Sie einen Beinwell-Umschlag

Zu therapeutischen Zwecken wird meist die Wurzel der Pflanze angewendet. Sie wird im Herbst (September bis November) ausgegraben, gewaschen und getrocknet. Mit der trockenen, feingeschnittenen Wurzel können Sie eine Abkochung zubereiten. Übergiessen Sie 40 Gramm (zehn Teelöffel) feingeschnittene Beinwellwurzel mit 4 Dezilitern (400 ml) kochendem Wasser und lassen Sie alles eine Viertelstunde stehen. Tränken Sie ein Baumwolltuch mit der Abkochung und legen Sie es möglichst noch warm an.

Beinwell-Gemüse – lieber nicht

Früher wurde das Kraut auch als Nahrungsmittel verwendet. Besonders in England und Russland war das «Comfrey»-Gemüse (*Symphytum peregrinum*) wegen seines hohes Eiweissgehalts sehr beliebt. Auch bei uns ass man die jungen Blätter als Salat oder Gemüse. In der Luzerner Gegend buk man wie beim Salbei die Blätter im Teig aus und genoss so das «Chüechi Chrut/Kuchenkraut». Vorsichtshalber wird wegen des PA-Gehalts (siehe Randnotiz) das Essen von Wallwurz nicht mehr empfohlen . • IZR

Beinwell stand wegen seines (geringen) Gehalts an Pyrrolizidin-Alkaloiden (PA) im Kreuzfeuer wissenschaftlicher Auseinander-setzungen, denn die PA haben sich in sehr hoher Dosierung als giftig erwiesen. Inzwischen gibt es PA-freie Zuchtsorten, und die meisten Wissenschaftler sehen auch bei PA-armen Pflanzen bei äusserlicher Anwendung keinerlei Risiko.

Allerdings wird die innerliche Einnahme roh oder gekocht oder als Tee nicht befürwortet.

Beinwell soll nur auf unbeschädigter Haut und nicht länger als vier bis sechs Wochen im Jahr angewendet werden. Schwangere und stillende Frauen sollten vorsorglich auch auf die äusserliche Anwendung von Beinwell verzichten.

In Österreich ist Beinwell nicht zugelassen.

Bei der Produktion von «Symphosan» (siehe unten) werden PA-arme Pflanzen verwendet, und zudem wird auf eine weitgehende Elimination von PA während der Herstellung geachtet.

Die aus den Wallwurz-Wurzeln (aus kontrolliert biologischem Anbau!) gewonnene Tinktur «Symphosan» von A. Vogel ist ein vorzügliches Mittel zum Einreiben bei rheumatischen Beschwerden, Arthritis, Nerven- und Sehnenscheidenentzündungen. Symphosan ist abschwellend und entzündungshemmend. Da es keine wärmende Wirkung hat, kann es auch bei Verstauchungen, Zerrungen, Prellungen, Quetschungen sowie Blutergüssen angewendet werden. Durch die leicht dickflüssige Konsistenz ist Symphosan gut aufzutragen. Es ist geruchsarm, trocknet rasch und fettet nicht.