

# Wundersamer Wundklee

Autor(en): **Chudovska, Olga**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **62 (2005)**

Heft 9: **Heilpflanzen bei PMS**

PDF erstellt am: **17.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-552772>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.



# Wundersamer Wundklee

Oft geht man achtlos über ihn hinweg. Der Wundklee (*Anthyllis vulneraria*) ist eine häufige Pflanze – aber mit reichem Innenleben.

Die auch Apothekerklee oder Frauenkääpli genannte Pflanze mit ihren hübschen gelben Blüten gehört zur Familie der Schmetterlingsblütler. In hohen Gebirgslagen sind die Blüten oft auch orange bis rot gefärbt. Der ursprünglich aus den Mittelmeergebieten stammende Klee ist heute in ganz Europa, Nordafrika und Westasien verbreitet und findet sich an sonnigen Trockenhängen, Wiesen und Waldrändern sogar bis zur Höhe von 3000 Metern. Wundklee ist eine nahrhafte Futter- und ausgezeichnete Honigpflanze.

Der deutsche Name rührt von der Verwendung als heilendes Wundkraut her. Auch sein botanischer Artnamen leitet sich vom lateinischen «vulnus» (Wunde) ab. Zwar wird er weder in den Schriften der Antike noch in den mittelalterlichen Kräuterbüchern erwähnt, seine wohltuenden Kräfte haben sich aber dennoch herumgesprochen. Im Laufe des 16. Jahrhunderts hielt er Einzug in die Volksmedizin, wo er bis heute etabliert ist.

Aus seiner breiten Palette von Inhaltsstoffen, zu denen insbesondere Saponine, Tannine, Flavonoide und Xanthophyll zählen, lassen sich seine adstringierenden, entzündungshemmenden und epithel-(haut-)bildenden Eigenschaften erklären. Wundkleeabkochungen können eingesetzt werden, um Hautabschürfungen und kleine Wunden auszuwaschen.

Auch bei Prellungen und Verstauchungen, Verbrennungen und Sonnenbrand sowie bei jeder Form leichter Hautentzündungen macht sich der Wundklee

nützlich. Eine Abkochung des Krauts hat abschwellende Wirkung und ist ein so genanntes Adstringens. Das bedeutet, es «zieht zusammen», wirkt also auf Schleimhäute und Wunden durch Eiweissfällung abdichtend und reizmildernd. Ähnliche Effekte erzielt man auch mit dem Brei der frischen Pflanze, den man allerdings nur auf intakte Haut auflegen darf.

Bei der innerlichen Anwendung als Tee werden dem Wundklee reinigende, hustenlindernde und harntreibende Kräfte nachgesagt. Gesammelt werden die Köpfchen in der Blütezeit, die sich je nach Lage und Witterung, von April bis etwa Mitte September erstreckt.

Wie die anderen Schmetterlingsblütler besitzt der Wundklee eine weitere, minder bekannte Fähigkeit, die unsere Aufmerksamkeit verdient. An seinen Wurzeln befinden sich kleine Knöllchen, in denen Bakterien der Gattung *Rhizobium* wohnen. Knöllchenbakterien und Wundklee bilden eine ideale Lebensgemeinschaft, in der sie voneinander gleichermassen profitieren. Die Bakterien erhalten für ihre Existenz wichtige Nährstoffe und liefern dafür der höheren Pflanze, sozusagen als Gegenleistung, fixierten molekularen Stickstoff in Form einer organischen Bindung, aus der das Kraut seine lebensnotwendigen Eiweissstoffe aufbauen kann. Diese landen letztendlich, entweder auf direktem (Bohne, Erbse) oder auf indirektem Wege (Weidetier) auf unseren Tellern und kommen uns Menschen zu Gute. • Olga Chudovska



Der Wundklee (*Anthyllis vulneraria*) in seiner natürlichen Umgebung. Prof. Dr. Walter Larcher vom Institut für Botanik der Universität Innsbruck stellte freundlicherweise diese Aufnahmen zur Verfügung.

