



Lungenkraut

Verbessert die Elastizität des Lungengewebes und verbessert sie. Es wurde bei allen Arten von Lungenkrankheiten verwendet.

Wachstum

Das Lungenkraut wächst in Laub- und Mischwäldern. Es ist gut zu erkennen an den weißen Flecken, die auch an die Lungenbläschen erinnern könnten. Auch hat es violette und rosa Blüten (die noch nicht bestäubt wurden). Im Volksmund wird es auch Hänsel und Gretel oder auch die blaue Schlüsselblume genannt.

Anwendung und Wirkung:

Die schleimlösenden Saponine und Mineralstoffe sind hustenreizlindernd und entzündungshemmend. Und heißt wohl auch deshalb *Pulmonaria officinalis*.

Die Anwendung erstreckt sich von Tuberkulose bis hin zu Kehlkopfentzündungen. Daher liegt der Schluss nahe, dass sie auch eine vom Coronavirus betroffene Lunge unterstützen können. Denn sogar Hildegard von Bingen schreibt, dass wenn die Lunge aufgeblasen ist und nur mühsam atmet, dann trinke vom Lungenkrautwein.

Man kann auch die Blätter als Wundpulver verwenden, damit sie besser heilen. Es können die Blätter und Blüten genutzt werden.



Inhaltstoffe und Wirkung:

Schleimstoffe, Gerbstoffe, Saponinen, Kieselsäure, Pytosterin, Harz, Allantoinn, Flavonoide, Invertzucker

Psyche und Seele:

Es scheint eine Pflanze zu sein, die davor bekannt ist ausweglose Situationen zum Guten zu bringen, wenn wir vor dem Abgrund stehen. Es verhilft uns zur Phantasie und unterstützt über deinen eigenen Schatten zu springen. Gerade wenn sie zwischen dem alten Laub, dürrer Holz sich die ersten sonnigen Flecken sucht um zu wachsen. Auch für Bienen ist sie ein besonderer Magnet.

Brauchtum:

Natürlich übernahm die katholische Kirche das Kraut gleich in den Schutz Marias, der angeblich die Milch auf die Blätter tropfte, als sie das Jesuskind stillte. Zeitlich könnte das passen, aber ob damals das Lungenkraut tatsächlich dort wuchs, müssen wir erst herausfinden.

Auch könnten sich die weißen Punkte auf deinem Gesicht in braune verwandeln (Sommersprossen), wenn du dein Näschen in die Pflanze steckst.

Tee:

2 Löffel Kraut mit ¼ Liter kochendes Wasser übergießen und 10 Minuten ziehen lassen. Dann 3x täglich eine Tasse trinken.

Wer es alkoholischer möchte kann sich auch ein Bier oder einen Wein herstellen

Entweder ein Krügerl mit einem Esslöffel Lungenkraut erhitzen (nicht sieden lassen) und warm trinken. Oder 1 Liter Wein mit zwei Büscheln fünf Minuten kochen lassen und mit Honig vermischen und dann täglich 1/8 davon trinken.

Quellen:

Strassmann Renato (2014): Baumheilkunde. Heilkraft, Mythos und Magie der Bäume.

Grünberger Fritz; Hirsch Siegfried (2005): Die Kräuter in meinem Garten.

<https://pecherei-rendl.at>

**Astrid Grohmann:**

Heilkräuterlehrgang, Trainerausbildung, Familien, Lebens- und Sozialberaterin, Wanderführer, Outdoortraining

Kontakt:

Astrid Grohmann

Tel.: 0676 766 37 11; E-Mail: kraeuterwanderung@meine-linde.at

Web: www.meine-linde.at

Fcb: Meine Linde