

Richard Alexander Rudolph Laura Antonia Rudolph



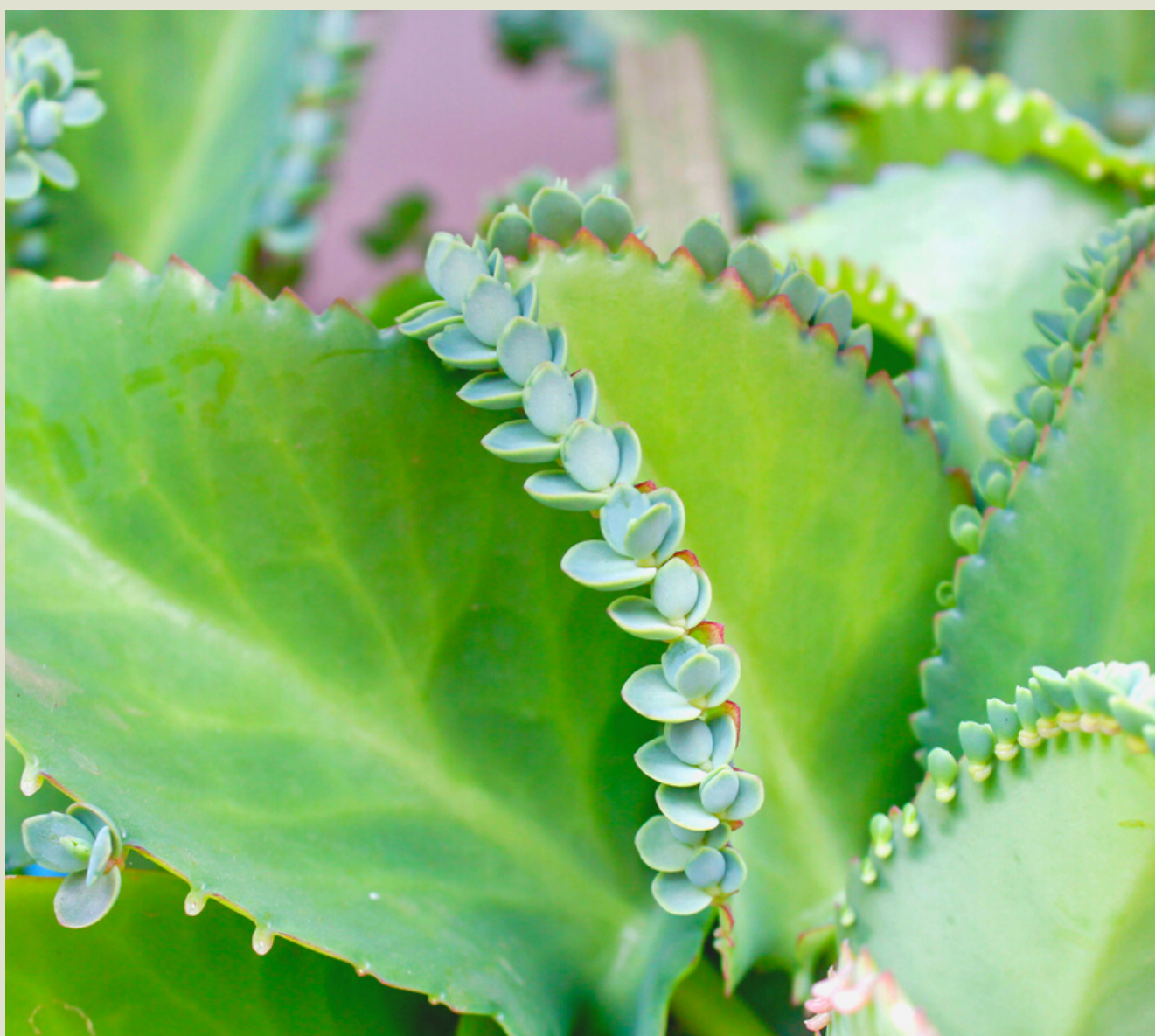
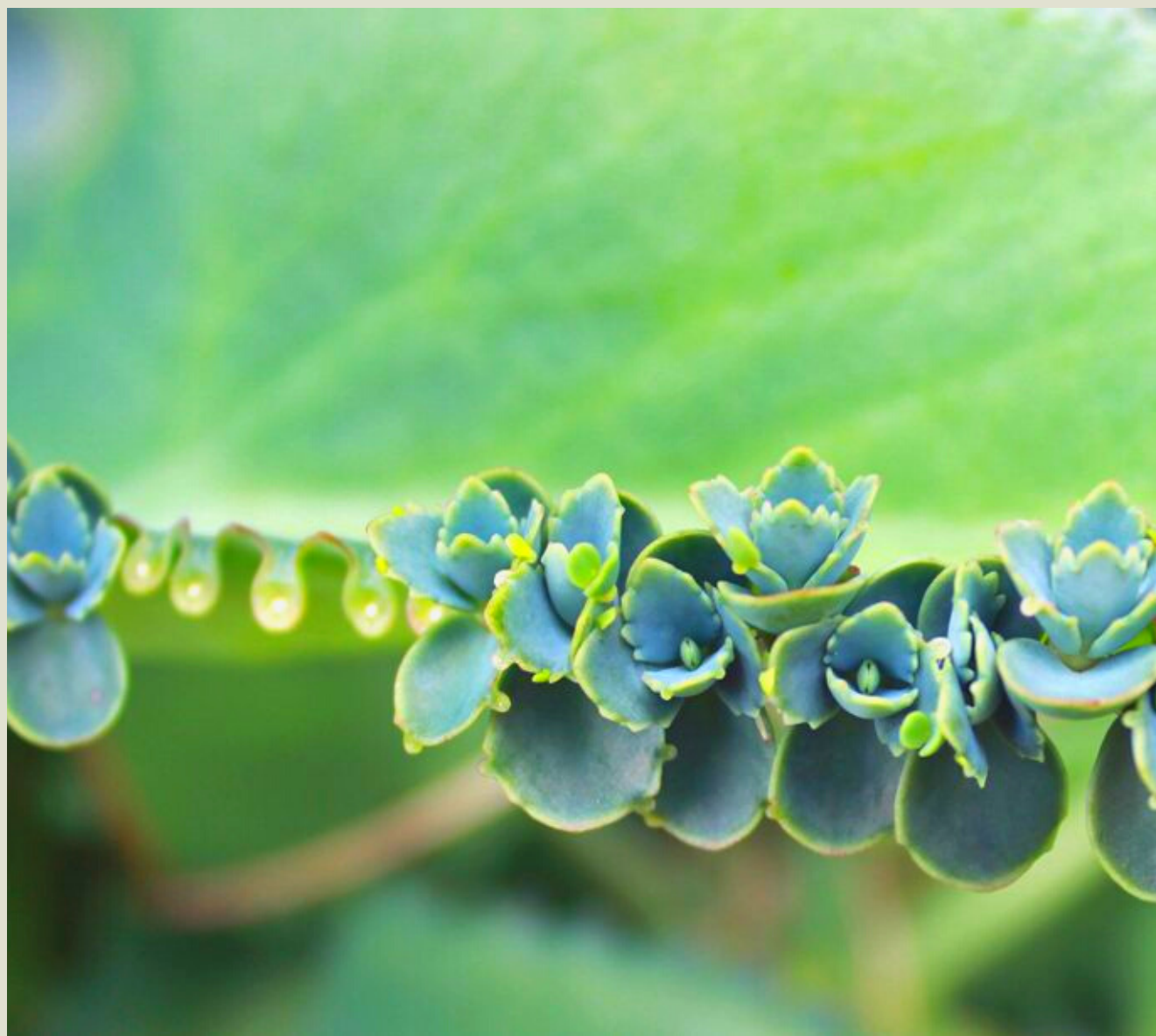
Die Goethepflanze

**Eine Datensammlung zu Bryophyllum
Calycinum**



*„Die Natur hat immer recht und die
Fehler sind immer die des
Menschen.“*

Goethe, Johann Wolfgang



RICHARD ALEXANDER RUDOLPH
LAURA ANTONIA RUDOLPH

DIE GOETHEPFLANZE

Eine Datensammlung zu Bryophyllum Calycinum

FÜR MAMA



DIE ~ GOETHE PFLANZE

EINE DATENSAMMLUNG ZU
BRYOPHYLLUM CALYCINUM



DIE ~ GOETHE PFLANZE

EINE DATENSAMMLUNG ZU
BRYOPHYLLUM CALYCINUM

Inhalt

| | |
|------------------------------------|-------------|
| Kapitel 0: Der Entstehungsprozess | Seite 01-05 |
| Kapitel 1: Die Goethepflanze | Seite 07-13 |
| Kapitel 2: Anwendung | Seite 10-13 |
| Kapitel 3: Züchtung | Seite 17-22 |
| Kapitel 4: Häufig gestellte Fragen | Seite 26 |
| Kapitel 5: Heilpflanzen bei Rheuma | Seite 27-31 |
| Literaturquellen | Seite 35 |

1- Die Goethepflanze

Im Jahr 1826 schickte der Dichter Goethe Marianne von Willemer, einer seiner Musen, ein Blatt der Pflanze, mit folgender Pflegeanleitung: „Flach auf guten Grund gelegt, Merke wie es Wurzel schlägt!“

Abschließend das Gedicht von Goethe „Mit einem Blatt Bryophyllum calycinum“ an Marianne von Willemer, 12. November 1826:

„Was erst still gekeimt in Sachsen,
Soll am Maine freudig wachsen.
Flach auf guten Grund gelegt,
Merke wie es Wurzeln schlägt!
Dann der Pflanzen frische Menge
Steigt in lustigem Gedränge.
Mäßig warm und mäßig feuchtest,
was ihnen heilsam deucht.
Wenn du's gut mit ihnen meinst,
Blühen sie dir wohl dereinst.“

Die Goethe-Pflanze wurde erstmals 1814, unter dem Namen Bryophyllum calycinum nach Deutschland eingeführt und im Botanischen Garten in Hannover vermehrt. Der lateinische Name Bryophyllum bedeutet „sprossendes Blatt“ und ist eine Ableitung aus dem Griechischen „bryein“ für „sprossen, wachsen“ und „phyllon“ für Blatt. Der Dichter Johann Wolfgang von Goethe fand einst so Gefallen an der Pflanze, fasziniert davon, wie kleine Pflänzchen am Rand der Mutterpflanze wuchsen, dass er damit begann, sich der Aufzucht und der genauen Beobachtung der Pflanze zu widmen. Er wurde vom Präsidenten der Deutschen Akademie der Naturforscher namens von Esenbeck gebeten, eine wissenschaftliche Abhandlung zu schreiben. Zwar fertigte Goethe zwei Entwürfe an, diese wurden jedoch nicht veröffentlicht, sodass zu seinen Lebzeiten nur kleine, fragmentierte Notizen über die Pflanze an die Öffentlichkeit kamen.

Die Goethe-Pflanze ist eine Pflanzenart der Gattung Kalanchoe und heißt Kalanchoe pinnata; sie gehört zur Familie der Dickblattgewächse und kann als kräftige meist aufrechte und oft verzweigte Pflanze eine Höhe von 0,3 bis 2 Metern erreichen.

Ursprünglich beheimatet ist die Pflanze in den Wäldern Madagaskars, ist aber inzwischen nun auch in vielen tropischen und subtropischen Gegenden verwildert. Die Pflanze besitzt hängende, gestielte Blüten, hat eine dunkelgrüne Farbe und dicke, saftige herzförmige Blätter, die eine Länge von mehreren Zentimetern erreichen. Auf den Rändern wachsen kleine Ableger in großer Anzahl. Die Blätter sind unterschiedlich geformt: unten einfach und im Bereich des Blütenstandes dann zusammengesetzt. Die Goethe-Pflanze ist ein Symbol für die Regenerationsfähigkeit des Lebens, denn ihre Blätter verfügen über die Fähigkeit, in kürzester Zeit neue Pflänzchen zu treiben und als Miniaturen der Mutterpflanze zu wachsen.

Die Goethe-Pflanze kann als Zimmerpflanze gehalten werden und ist im Hinblick auf das Wachstum äußerst pflegeleicht: es reicht sparsam zu düngen und wenig zu gießen!

Sowohl von den Blättern als auch von dem Saft des Blattes kann man Gebrauch machen. In der traditionellen Medizin Afrikas, Indiens, Chinas und Australiens kommt die Goethe-Pflanze medizinisch zur Wehenhemmung, Leishmanniose, Gelbsucht, Bluthochdruck und Wundheilung zum Einsatz.

Die Blätter und der Blattsaft können unter anderem auch für folgende Beschwerden zum Einsatz kommen:

- Erkältungen, Atemwegsinfektionen
- Entzündungen, Infektionen aller Art, Fieber
- Bronchitis, bakterielle Infektionen
- Durchfall, Menstruationsbeschwerden
- Nervosität, Schmerzen, Hämorrhoiden
- Prellungen, Schwellungen, Verbrennungen
- Zahn- und Ohrenschmerzen, Augeninfektionen
- Herpes, Insektenstiche, Juckreiz, wunde Stellen
- Altersflecken, Sommersprossen, alle Hautprobleme
- Blähungen, Herzrasen
- Pickel, Warzen, Fußpilz, Ekzeme, Schwielen
- Wunde Stellen im Mund, schlecht heilende Wunden
- Rheuma, Arthritis, Gelenkentzündungen, Verstauchungen
- Asthma, Zuckerkrankheit
- Kopfschmerzen, Abszesse

Bei der äußerlichen Anwendung kann ein Blatt perforiert werden oder mit einem Wellholz ausgerollt werden, damit der Saft des Blattes austreten kann, auf die betroffene Stelle gelegt und seine Wirkung entfalten kann.

Bei Augen oder Ohreninfektionen werden die Blätter traditionell erwärmt die danach ausgedrückte Flüssigkeit wird hinein geträufelt.

Klinische Forschungen haben bestätigen können, dass der Goethe-Pflanze folgende Eigenschaften zugeschrieben werden kann:

antiviral, antifugal, antibakteriell, fiebersenkend, entzündungshemmend, wundheilend, muskelentspannend, schmerzlindernd, mild beruhigend, hustenhemmend, verjüngend und schützt die Leber.

Außerdem verschafft die Goethe-Pflanze anscheinend Linderung bei bestehenden Magengeschwüren. Die beschriebenen Heilwirkungen der Goethe-Pflanze sind so umfangreich, dass sie bei vielen körperlichen Beschwerden zum Einsatz kommt und nicht umsonst die Bezeichnung wie „Wunderpflanze“ erhalten hat.

Studien haben darüber hinaus auch nachweisen können, dass der Pflanze eine wehenhemmende Wirkung zugeschrieben werden könne, sodass eine natürliche Alternative zu synthetischen Wehenhemmern gegeben sei. In der Anthroposophischen Medizin wird die Pflanze seit Jahrzehnten schon zur Wehenhemmung verwendet. Gegenstand experimenteller Untersuchungen ist derzeit, ob die Goethe-Pflanze auch immunsuppressive und antimutagene Effekte bei Tumorerkrankungen habe.

2- Anwendung

Anwendungsratschläge:

Saft:

Die grünen Stängel mit Blättern schneiden, waschen in Küchenrolle wickeln und für etwa eine Woche in den Kühlschrank aufbewahren – zerdrücken (mit Plastik oder Holzgegenständen – kein Metall!), den Saft auspressen. Wird dem Saft 15-20% reiner Alkohol zugesetzt, kann man ihn ein Jahr im Kühlschrank aufbewahren.

Honig:

Zur Stärkung des Körpers – ein Esslöffel Honig mit einer halben Tasse gekochtem, lauwarmem Wasser mischen und über Nacht stehen lassen – am nächsten Morgen einen Esslöffel Kalachoe-Saft hinzufügen. Im Frühjahr und im Herbst für ein paar Tage eine halbe Stunde vor der Mahlzeit trinken.

Blatt:

Für den sofortigen Einsatz sind frische Blätter als Komresse (Saft) oder direkt auf die betroffene Stelle Hautstelle legen. Dazu muss die dünne Außenhaut des Blattes entfernt werden. Das Blatt mit Folie abdecken und einen Verband bilden – die Komresse soll alle 4-5 Stunden bis zur vollen Heilung (d.h. ca. 3 Tage) ausgewechselt werden. Man kann auch das Blatt zerdrücken, um mehr Saft der betroffenen Hautstelle zuzuführen. Sehr wirksam für alle Schnitte, Quetschungen, Schwellungen, Prellungen sowie für Entzündungen des Zahnfleisches.

Augen-, Nasen- und Ohrentropfen:

Das Blatt gut spülen und zerdrücken – den Saft steril auspressen – jeweils 1 Tropfen in jedes Auge 2x am Tag einlassen – das Brenngefühl wird schnell nachlassen. Die Tropfen kann man ebenfalls in die Nase eingelassen werden – 2 Tropfen 2x/Tag – die Infektion wird rasch nachlassen – sollte jedoch 3-4 Tage weiter angewendet werden.

Honig mit Kalanchoe:

Die Pflanze sollte über ein Jahr alt sein – vor der Ernte 4-5 Tage nicht gießen – nach dem Schneiden unter fließendem Wasser Waschen und leicht getrocknet in ein weißes Leintuch für 5-6 Tage in den Kühlschrank legen. Dann den Saft auspressen und mit flüssigem Bienenhonig im Verhältnis 1 Teil Kalachoe und 4 Teile Honig mischen – in einem kühlen, trockenen und dunklen Ort lagern.

Bei Erkältungen, grippalen Infekten, nach Operationen, Chemo- und Strahlentherapie, ... 1-2 Teelöffel 2-4 Mal pro Tag, etwa ½ bis 1 Stunde vor der Mahlzeit mit Kräutertee oder Fruchtsaft gemischt einnehmen (für Kinder ab 7 Jahre nur die halbe Dosis).

Nach 2 Monaten sollte eine Pause von mindestens 3-4 Wochen gemacht werden. Als Prophylaxe nimmt man 1-2 Teelöffel pro Tag – über längeren Zeitraum eingenommen hat es eine verjüngende Wirkung und dient als ein sehr gutes, natürliches Aphrodisiakum.

Konkrete Anwendungshinweise:

Es ist eine mehrjährige, immer grüne Pflanze, mit einem geraden Stamm. Die Blätter haben dicke, saftige herzförmige Blätter, die eine Länge von mehreren Zentimetern erreichen. Auf den Rändern wachsen kleine Ableger in großer Anzahl. Das Rohmaterial für die Behandlungen besteht aus frischen Blättern, aus ihrem Saft oder Fruchtfleisch. Der Saft enthält Flavoride, Catechine, Vitamin C und Spurenelemente von Aluminium, Magnesium, Selen, Kalzium, Kalium, Silizium, Mangan, Kupfer, ...

Kalanchoe wirkt als Biostimulator – regt die Regeneration von beschädigtem Gewebe an und heilt Schleimhautentzündungen, Parodontitis und Bindehautentzündungen. Der Saft wirkt sehr gut nach Chemo- und Strahlentherapie, trägt zur Stärkung des Herzens und zur Verbesserung und Regulation des Herz- Kreislaufsystems bei – ist hilfreich bei der Behandlung von Prostatabeschwerden und verbessert das Gedächtnis. Wirkt gegen Schuppen, beugt Haarausfall vor und regeneriert Haarfollikel.

Äußerliche Anwendung:

- Saft (kann mit 15-20% Alkohol versetzt sein)
- Standarddosis – 30 Tropfen Saft oder entsprechenden Teil eines Blattes kauen
- Verdünnung mit einem halben Glas guten Mineralwassers
- ein ggfs. Taubheitsgefühl im Mund verschwindet nach ca. 30 Minuten

Pickel und Mitessern – Saft mit einem Wattebausch morgens und abends behandeln

Eitrige chronische Entzündungen auf der Haut – wie oben, zusätzlich 2x täglich Saft (ohne Alkohol) verdünnt trinken

Geschwüre auf der Haut – Akne – Sommersprossen – schlecht heilende Wunden – den Saft mit einem Wattebausch morgens und abends behandeln

Ekzeme – mehrmals täglich den Saft mit einem Wattebausch auftragen

Verbrennungen aller Art – nur mit frischem Saft behandeln (steril gewonnen)

Schuppen – 2x täglich / oder nur abends die Kopfhaut einreiben mit Saft (Wattestäbchen) Insektenstiche – Saft auf den Stich auftragen

Herpes – Warzen – Saft mehrmals täglich auftragen

Rheuma – Saft morgens und abends auf die zu behandelnden Stellen auftragen und 2x täglich eine verdünnte Standarddosis (ohne Alkohol) trinken

Gelenkentzündung – Arthritis – saftgetränkte Kompresse morgens und abends auflegen

Kopfschmerzen – morgens und abends Stirn und Schläfen mit dem Saft massieren und 2x täglich eine verdünnte Standarddosis (ohne Alkohol) trinken

Innerliche Anwendungen:

Schnupfen – mehrmals täglich ein paar Tropfen in die Nase eintropfen

Angina – Heiserkeit – ein Stück Blatt langsam ein paar Mal täglich nach den Mahlzeiten kauen – wahlweise 25 Tropfen Saft im Mund halten und in kleinen Dosen schlucken

Zahnfleischbluten – morgens und abends ein Blatt sehr langsam kauen und 15 min im Mund halten (wahlweise 40 Tropfen)

Parodontose – wie oben, zusätzlich 2x täglich vor dem Essen eine Standarddosis verdünnt trinken

Zahnschmerzen – ein Blatt in der Nähe des Schmerzes kauen – Baumwollwatte mit Saft getränkt ins Loch geben

Husten – ein Blatt kauen und Saft langsam schlucken (wahlweise 30-40 Tropfen Saft)

Grippaler Infekt – 3-4x täglich Standarddosis verdünnt trinken

Bronchitis – Asthma – Standarddosis (pur) 3x täglich trinken

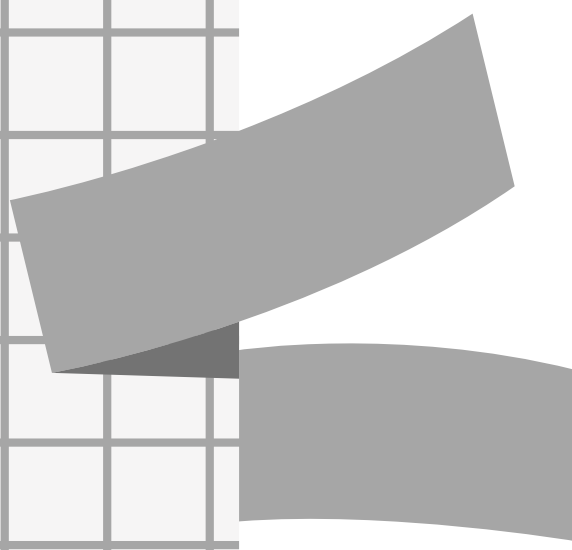
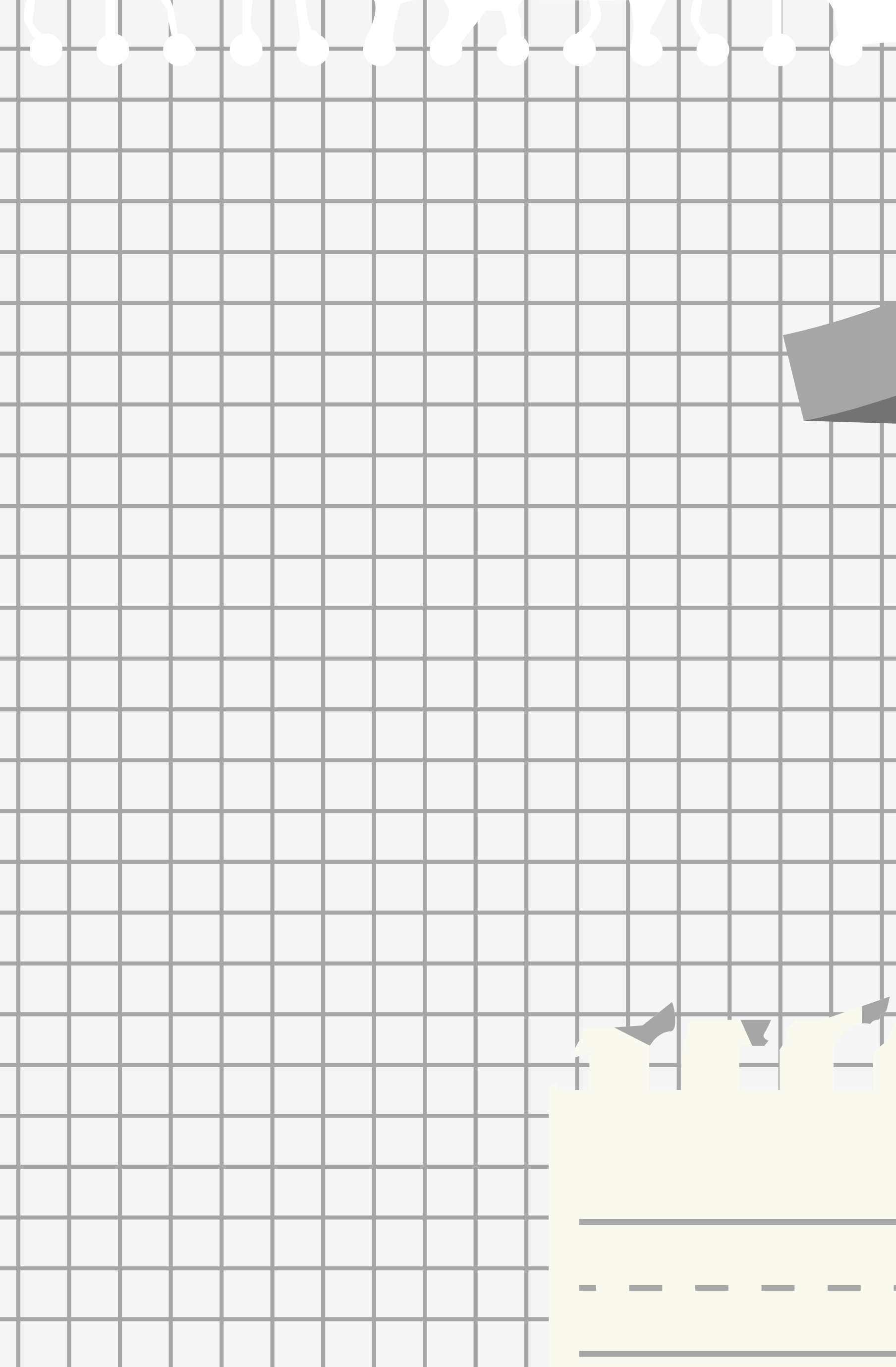
Herzschmerzen – Standarddosis 3x täglich vor den Mahlzeiten trinken

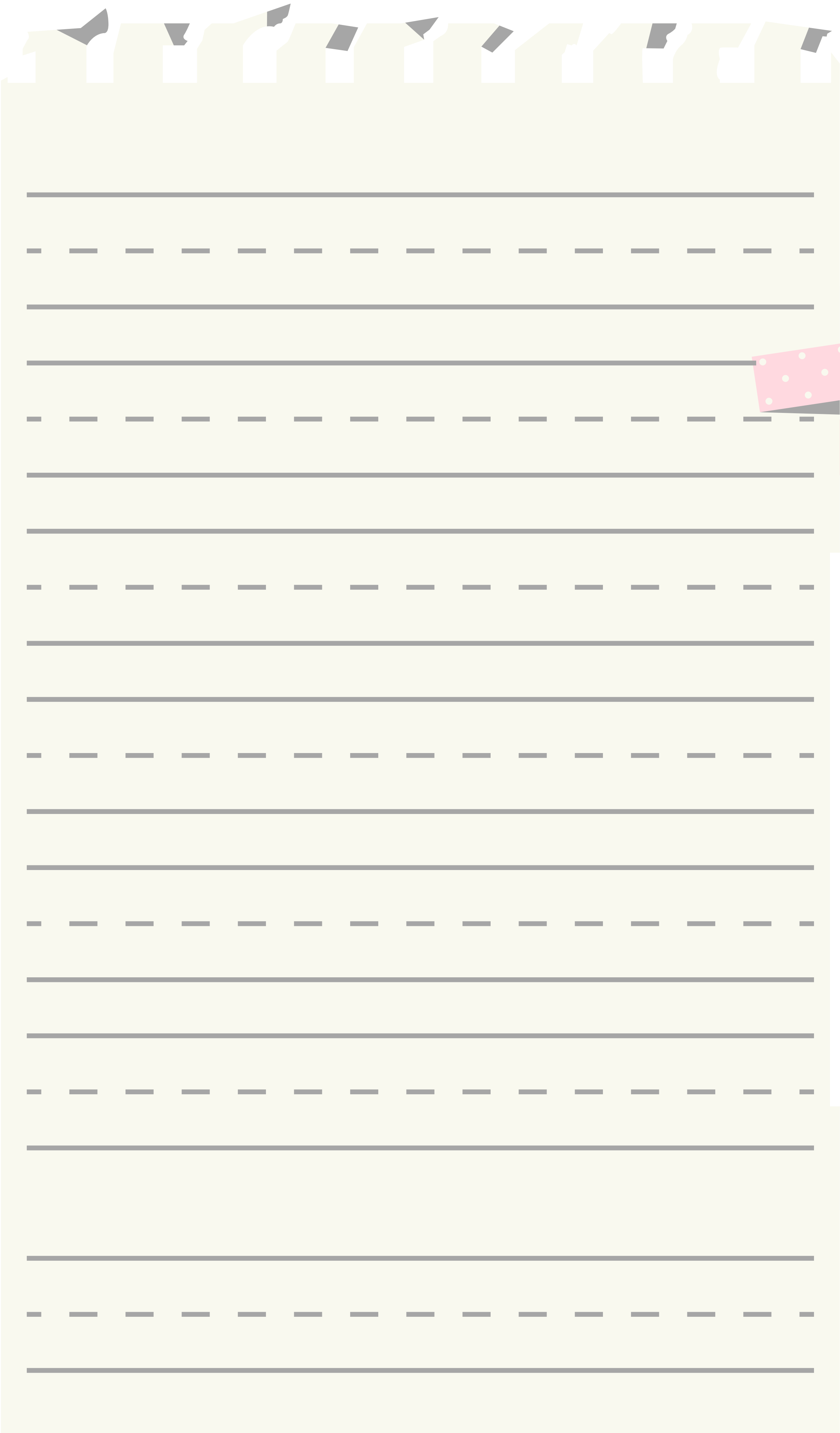
Krampfadern – Standarddosis 3x täglich trinken, Kompressen mit Saft anlegen

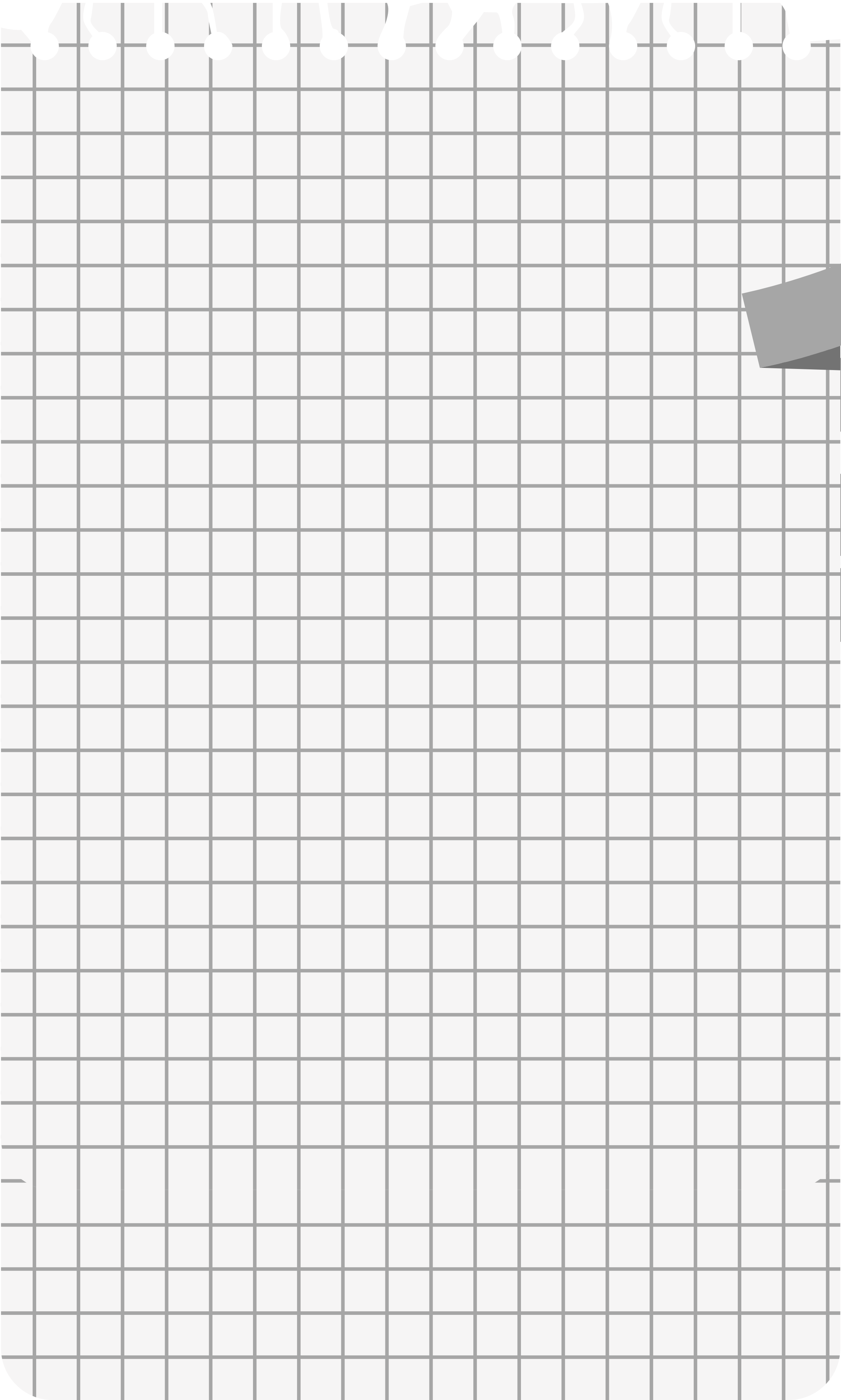
Erkrankungen des Magens und Darms, Geschwüre, Erkrankungen der Leber, Bauchspeicheldrüse, Nierenentzündung – Standarddosis 3x täglich trinken

Blähungen – Standarddosis 3x täglich vor den Mahlzeiten trinken

Diabetes – Zuckerkrankheit – Standarddosis 3x täglich nach den Mahlzeiten trinken







3 - Züchtung

Hinweise zur Züchtung der Kalanchoe:

Die Kalanchoe sollte mittelfeucht gehalten werden. Ein sonniger Platz, der im Sommer vom Wind abgeschattet auch im Freien sein darf, ist ihr am liebsten. In der kalten Jahreszeit ist ein heller Platz im Haus, der aber nicht direkt am Fenster sein muss, ideal. Kalanchoe sollte nicht in der direkten Sonne stehen. Die Pflanze kann man ruhig gelegentliche über länger Zeit wenig wässern, ganz speziell im Winter sollte man mit dem Gießen nicht übertreiben.

Die Vermehrung ist kinderleicht – wenn die jungen Pflänzchen sich nicht schon von selbst einen Platz zum Wachsen gefunden haben, brauchen sie nur abgenommen und – mehrere zusammen, auf einen Topf mit Erde gesetzt werden – entsprechend dem Wachstum vereinzelt in größere Töpfe setzen. Werden ausgewachsene Pflanzen zu groß und deswegen geköpft, können sie die Triebspitzen als Stecklinge benutzen. Dabei sollten die Schnittstellen vor dem Stecken einen Tag abtrocknen.

Kalanchoe wird so gut wie nie krank. Allerdings sieht man in Wohnungen häufig Pflanzen mit langen, aber ganz dünnen Trieben – diese sind zu warm überwintert worden. Bei zu starker Düngung verlieren sie auch ihren charakteristischen Wuchs. Ideal ist universale Blumenerde.

Standort und Boden

Ausgehend von den klimatischen Verhältnissen seiner ursprünglichen Heimat kommt das Brutblatt mit Kälte nicht so gut zurecht und sollte deshalb bevorzugt in der Wohnung seinen angestammten Platz erhalten. Die Goethepflanze mag einen luftigen, hellen Standort, der idealerweise nach Südwesten weist. Allerdings sollte direkte Sonneneinstrahlung, vor allem im Hochsommer vermieden werden. Ähnliches gilt auch für einen Standort im Freien. Ein halbschattiger, windgeschützter Platz lässt das Dickblattgewächs besonders gut gedeihen. Stehende Nässe und zu hohe Luftfeuchtigkeit sind Faktoren, welche die Anfälligkeit für Krankheiten sowie den Befall von Schädlingen zur Folge haben können. Deshalb sollte der Platz im Freien wenn möglich überdacht sein, um einen ausreichenden Schutz vor Regen und Wind zu bieten.

Wer besondere Akzente im Garten setzen möchte, der stellt sein Brutblatt in einen Steingarten. Zwischen den dort ansässigen Pflanzen fühlt er sich sehr wohl.

Für ein perfektes Gedeihen des Brutblattes ist auch die optimale Bodenbeschaffenheit verantwortlich. Kakteenerde ist geradezu ideal für perfekten Untergrund. Wem diese Variante zu teuer ist, der kann unter Verwendung von Bims, Lava sowie aus Granulat von Ton selbst ein geeignetes Substrat kreieren. Das Pflanzsubstrat sollte

- gut durchlässig
- locker, leicht, porös
- leicht kalkhaltig

sein. Damit die für das Brutblatt die perfekten Wachstumsbedingungen vorherrschen, sollte auch der Pflanztopf in Augenschein genommen werden. So sind Töpfe aus Plastik eher weniger geeignet, da sie die Durchlässigkeit nicht gewährleisten und die Gefahr der Wurzelfäule steigt. Tontöpfe hingegen lassen Luft und auch Wasser durch und fördern das Wachstum. Auch bieten sich zur Gießwasserkontrolle Untersetzer an, die Restwassermengen problemlos auffangen und gleichzeitig Auskunft über die Feuchtigkeit der Pflanze geben. Bei der Verwendung von Übertöpfen ist eine Kontrolle wesentlich schwieriger. Überlaufendes Wasser, welches nicht abgegossen wird, sammelt sich an und kann mitunter Fäulnisprozesse unterstützen.

Gießen und Düngen

Die ansonsten äußerst robuste Pflanze hat einen besonderen Feind namens Staunässe. Die wird von ihr überhaupt nicht vertragen und sie reagiert auf nasse Füße sehr empfindlich mit Fäulnis oder Blattfall. Ab und an etwas Wasser reicht völlig aus. Anhand einer Fingerprobe lässt sich der Trocknungsgrad der Erde schnell feststellen. Sollte das Gießen mal vergessen worden sein, dann ist dies überhaupt kein Problem. Das Brutblatt kann auch Trockenperioden sehr gut überstehen, denn die Pflanze hat die Möglichkeit zu verhindern, dass während der nachts stattfindenden Photosynthese das gebildete CO₂ abgegeben wird, sondern speichert es. So kann das Gewächs bei Bedarf immer auf diesen Vorrat zurückgreifen, ohne dabei die Spaltöffnungen der einzelnen Blätter zu öffnen. Eine starke Wasserverdunstung wird auf diese geniale Weise verhindert.

Das Brutblatt gilt als anspruchslos und benötigt normalerweise keine extra Portion Unterstützung beim Wachsen. Während der Sommermonate kann aber mit ein wenig Flüssigdünger nachgeholfen werden. Ideal dafür ist Kakteendünger, der ganz einfach dem Gießwasser beigelegt wird. In den Wintermonaten hat das Brutblatt gern seine Ruhe und hat keinen Bedarf an zusätzlichen Düngergaben.

Überwinterung

Da das Brutblatt normalerweise als Zimmerpflanze gehalten wird, ist eine Überwinterungstaktik eigentlich nicht notwendig. Jedoch liebt es die Pflanze, wenn sie gerade in der dunkleren Jahreszeit eine kleine Extrabehandlung erfährt. Ein kühler, heller Raum mit einer Innentemperatur von 16 bis 18 Grad Celsius stellt das perfekte Winterquartier dar. Während der Ruhephase sollte nur noch sehr wenig gegossen werden. Sind die Frostperioden vorüber, darf die Goethepflanze wieder ins Freie hinaus. Zum Umzug des Gewächses ins Freiland wählt man am besten einen Tag, an dem der Himmel bedeckt ist. So hat das Brutblatt genügend Zeit zur Eingewöhnung und bekommt keinen Sonnenbrand von zu intensiver Sonneneinstrahlung.

Wer das Brutblatt ab Oktober etwas kühler und dunkler stellt, der darf sich auch über eine opulente Blütepracht freuen.

Umtopfen

Das Dickblattgewächs hat die Angewohnheit sich rasend schnell zu entwickeln, deshalb wird von Zeit zu Zeit ein Umtopfen unerlässlich. Vor allem, wenn bereits die ersten Wurzeln aus dem Topfboden hervorschauen, sollte das Brutblatt ein neues Zuhause bekommen. Die ideale Zeit für das Umtopfen ist das Frühjahr nach der Winterruhe. Bei der Größenauswahl des neuen Topfes sollte sich an den Wurzel orientiert werden.

Schneiden

Auf Grund des schnellen Wachstums ist ab und an ein Pflegeschnitt von Nöten, der das Brutblatt wieder in seine Schranken weist. Dieser kann während der Umtopfphase erfolgen. Das Schneiden trägt dazu bei, ein Austrocknen einzelner Pflanzenteile zu verhindern. Um Verletzungen an den Schnittstellen zu vermeiden, sollte für das Schneiden unbedingt scharfes Werkzeug wie ein Messer oder eine Säge zum Einsatz kommen.

- austretenden Pflanzensaft während des Sägens abwischen
- Schnittflächen mit einem Wundmittel behandeln

Der Schnitt gibt der Pflanze neue Kraft und innerhalb kürzester Zeit bilden sich in der Nähe der Schnittstelle wieder neue Triebe.

Vermehrung

Eigentlich sind zur Arterhaltung keine besonderen Vermehrungsstrategien notwendig, da das Brutblatt sich mit Vorliebe selber klonet und äußerst rege vervielfältigt. Wer da lieber gezielter vorgehen möchte, dem stehen mehrere Möglichkeiten der Vermehrung zur Verfügung.

Stecklinge

Je größer die Pflanzen werden, umso mehr sorgen die unteren absterbenden Blätter für einen kahlen Stamm. Wer dies zu unansehnlich empfindet und gerne ein paar junge Nachfahren heranziehen möchte, der kann einen Kopfsteckling in bevorzugter Länge abschneiden. Dieser wird dann in Erde oder ein trockenes Substrat eingebracht. Wichtig ist, dass die frisch getopften Stecklinge am Anfang relativ wenig gegossen werden. Um Fäulnis an den Schnittstellen der Stecklinge zu vermeiden, sollte diese vor dem Einpflanzen in die Erde ein paar Tage an der Luft trocknen.

Blätter

Einige Arten des Brutblattes lassen sich auch über die Blätter vermehren. Diese Vorgehensweise hatte auch schon der Dichter Goethe in seinen Manuskripten dargelegt. Dazu wird ein entnommenes Blatt ganz flach auf die Anzuchterde gelegt und das Substrat durch regelmäßiges Sprühen feucht gehalten. Zur Erhöhung der Luftfeuchte kann der Pflanztopf auch mit Folie überzogen werden. Bereits nach kurzer Zeit entwickeln sich an den Blatträndern kleine Pflanzenkindel, die völlig selbständig mit Wurzeln anfangen.

Samen

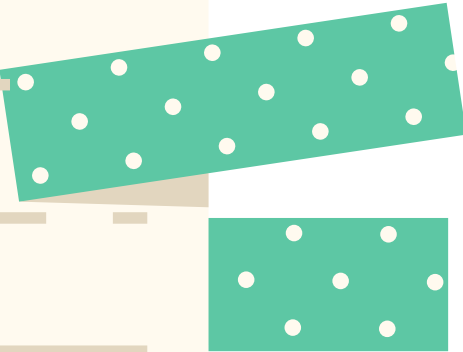
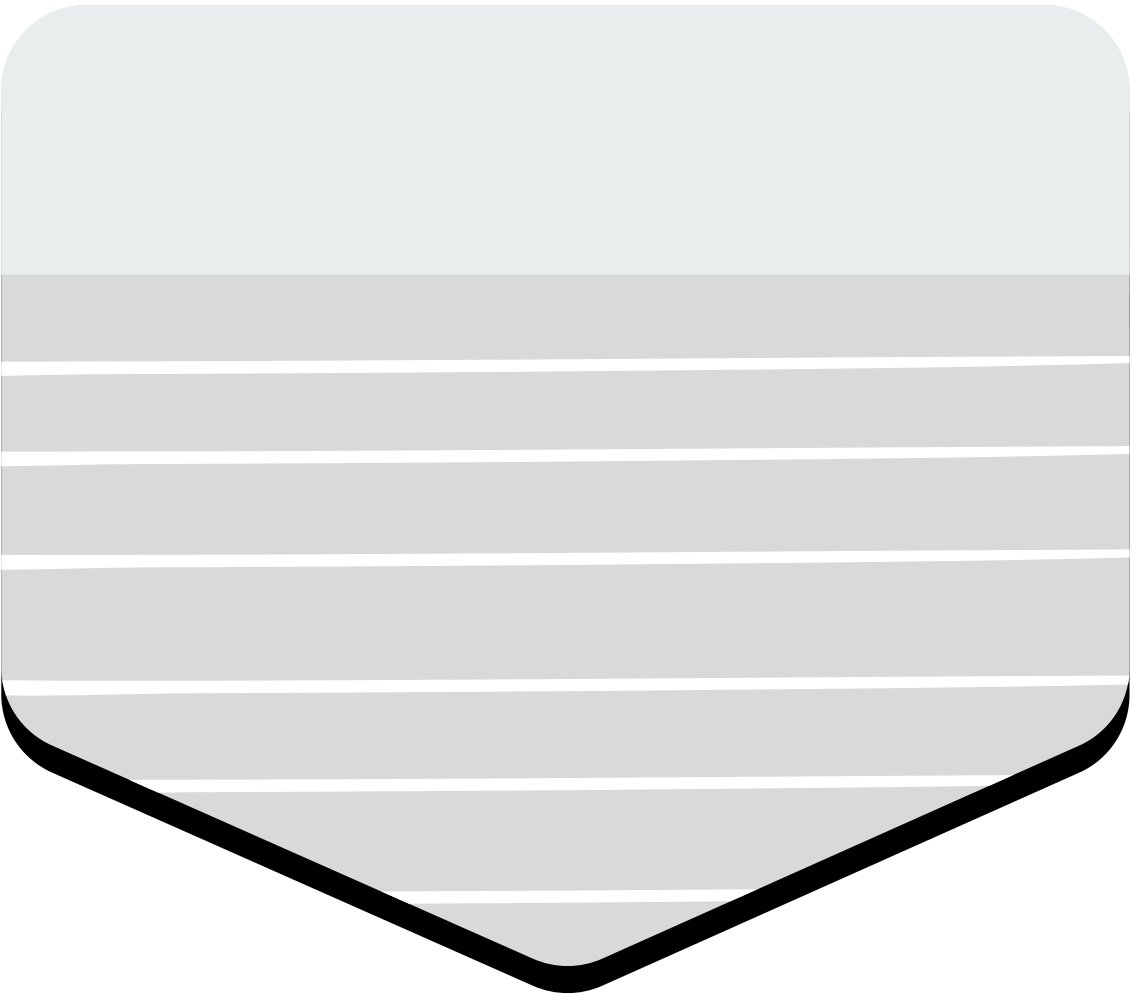
Die Goethepflanze besitzt Balgfrüchte, in denen sich sehr feine Samen befinden. Die Samen können aufgenommen und in Anzuchttöpfe ausgesät werden. Um ein besseres Andrücken der Samen am Substrat zu gewährleisten, sollte die Aussaat mit einer geringen Schicht Sand abgedeckt werden. Zur Verringerung der Verdunstung kann man noch eine Folie über die Töpfe gestülpt werden. Damit die Samen mit genügend Feuchtigkeit versorgt werden, erfolgt die Bewässerung von unten, in dem die Töpfe in Wasser getaucht werden. An einem hellen Platz ohne direkte Sonneneinstrahlung und mit einer Wohlfühltemperatur von 20 bis 25 Grad Celsius ist die Keimung der Aussaat noch ungefähr 2 bis 3 Wochen abgeschlossen und die Folie darf nach und nach wieder entfernt werden.

Krankheiten und Schädlinge

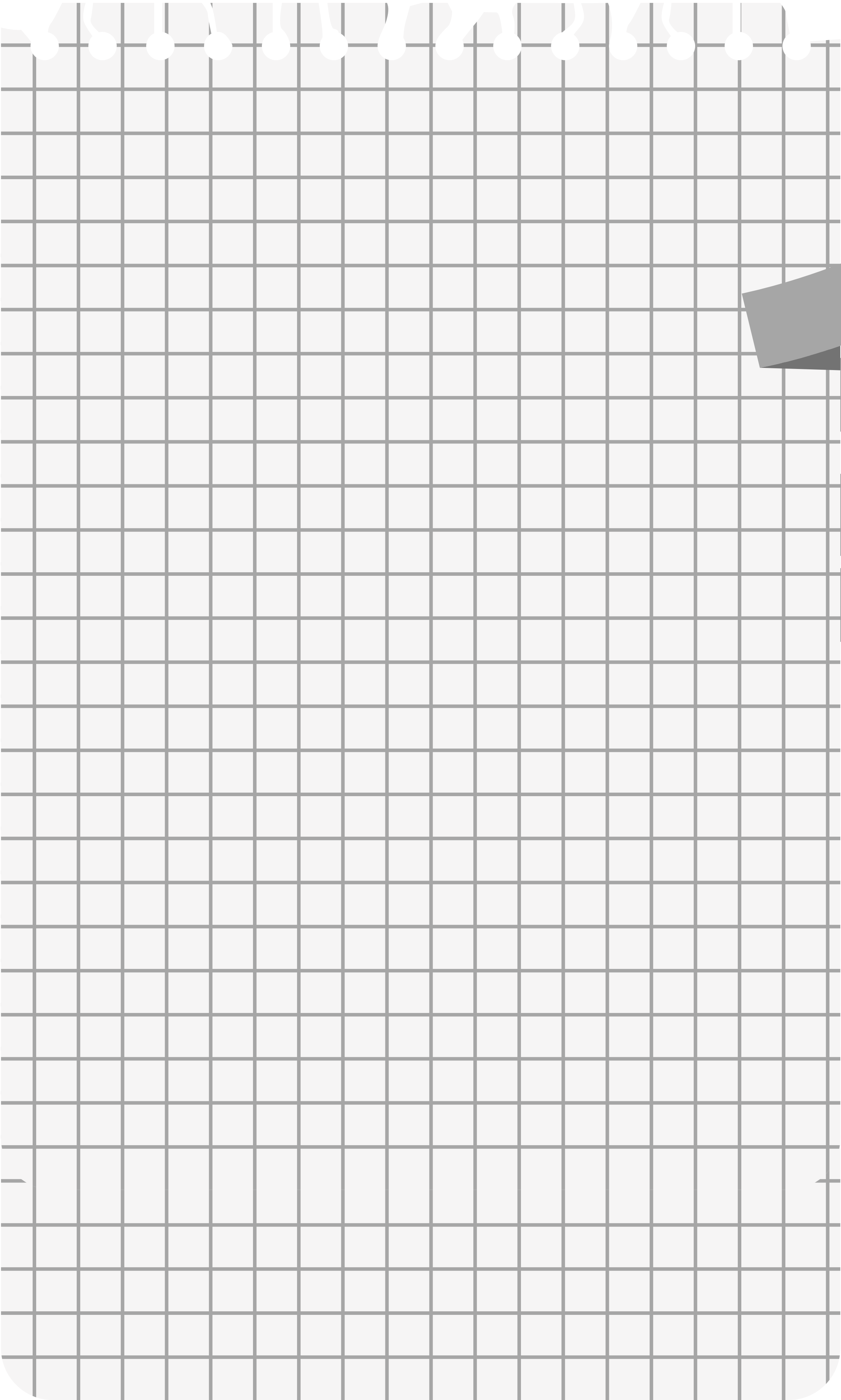
Auf Grund seiner dicken, sehr fleischigen Blätter wird das Brutblatt selten von Schädlingen und Krankheiten heimgesucht. Wer allerdings bei der Pflege der Pflanze nicht ausreichend auf deren Bedürfnisse eingeht, der muss damit rechnen, dass sich diese Nachsichtigkeit negativ auf das Gewächs auswirkt. Der Befall von Mehltau kann deshalb vorkommen, wenn der gewählte Standort eine zu hohe Luftfeuchtigkeit aufweist. Charakteristisch für den Mehltau sind:

- eingerollte Blätter
- graue oder weiße Fleckgebung auf verschiedenen Pflanzenteilen
- magerer sowie verkümmerter Wuchs.

Als Erste-Hilfe-Maßnahme kann man mit einem Spülmittel dem Mehltau zu Leibe rücken und ihn einfach abwaschen. Kommt man mit dieser Vorgehensweise nicht weiter, dann stehen im Fachhandel schonende Fungizide zur Bekämpfung zur Verfügung. Allerdings ist Vorbeugung die beste Medizin und so kann ein Sud aus Schachtelhalmkraut oder auch Knoblauch, der auf die Pflanze gespritzt wird, dem Mehltau in die Flucht treiben, bevor er sich ausbreiten kann.







4 - Häufig gestellte Fragen

Das Brutblatt blüht nicht. Was kann man tun, um die Blüte zu unterstützen?

Wenn das Brutblatt nicht gleich blüht, liegt nicht unbedingt ein Pflegefehler vor. Etwas Geduld ist schon notwendig, denn die ersten Blüten zeigen sich erst nach 2 Jahren oder mit zunehmendem Alter und Größe der Pflanze. Hat sie eine bestimmte Höhe erreicht, wirft sie die unteren Blätter ab und an den Spitzen zeigen sich erste Blüten. Allerdings wirkt das Brutblatt dann auf Grund der fehlenden Blätter als Gesamtkunstwerk nicht mehr ganz so attraktiv.

Kann man die Spitze des Brutblattes einfach kappen?

Die Pflanze kann ziemlich schnell in die Höhe schießen. Ein Kappen der Spitze ist zwar möglich, sorgt aber für ein noch rasanteres Nachwachsen. Besser ist es mit Hilfe eines Spaliers dem Brutblatt die gewünschte Wuchsrichtung vorzugeben.

5 - Heilpflanzen bei Rheuma

Unter den Begriff „Rheuma“ fallen im allgemeinen Sprachgebrauch auch heute noch Beschwerden in Gelenken, Muskeln, Wirbeln und Nerven. Allen gemeinsam sind die Schmerzen und Bewegungseinschränkungen. Heilpflanzen wie Brennnesseln, Löwenzahn, Weide, Hauhechel und Goldrute können die verschiedenen Rheumabehandlungen sehr gut unterstützen. Kohlwickel und Bäder in einem Heublumenabsud lindern die Schmerzen.

Anregung der Nieren

Es ist wichtig, dass die Nieren gut arbeiten und überschüssige Säuren, die als Stoffwechselendprodukte anfallen, ausscheiden. Hierfür sind altbekannte Heilpflanzen wie Löwenzahn und Brennnessel prädestiniert. Sie regen Nieren, Leber und Stoffwechsel an und versorgen gleichzeitig den Körper mit (basischen) Mineralstoffen. Die naturwissenschaftliche Forschung bestätigt, dass **Brennnesseln** in der Therapie der Arthrose mindestens genauso wirksam sind wie NSAR (Nicht-Steroidale Anti-Rheumatika). Sie hemmen die Produktion der Entzündungsstoffe, reduzieren die Schmerzen und bessern die Beweglichkeit der Gelenke. Und sie sind für den Körper besser verträglich.

Wenn Entzündungen auftreten, hilft die **Weidenrinde** (Salix-Arten). Sie hemmt die Entzündungen, nimmt die Schmerzen, regt die Nieren an und schützt die Knorpel. In der Rinde der Weide sind u.a. 7-10% Salicylsäureverbindungen enthalten, aus denen der Körper die wirksame Salicylsäure freisetzt.

Für einen Tee köcheln Sie 1 Teelöffel Weidenrinde pro 250 ml Wasser und filtrieren dann ab. Er ist für den Magen gut verträglich.

Rheuma-Tee selbst gemischt

Mischen Sie Löwenzahnwurzel (Taraxacum officinale), Goldrutenkraut (Solidago-Arten) und Hauhechelwurzel (Ononis spinosa) zu gleichen Teilen und bewahren die Mischung in einer schönen Dose auf. Für einen Tee übergießen Sie 1 TL davon mit 250ml kochendem Wasser und lassen 10 Minuten zugedeckt ziehen.

Die Löwenzahnwurzel aktiviert Nieren, Leber, Galle und den gesamten Stoffwechsel. Die Goldrute unterstützt auf sehr sanfte und beständige Art die Durchspülung der Nieren und hemmt Entzündungen. Die Hauhechelwurzel reinigt das Blut und spült Niere und Harnwege so gründlich durch, so dass überschüssige Säuren ausgeschieden werden. Obendrein aktiviert sie auch einen trägen Darm.

Trinken Sie 2 Tassen pro Tag von diesem Tee und das etwa 2 Wochen lang. Dann machen Sie eine Pause von 2 Wochen, in der Sie andere Tees trinken, (z.B. von der Brennnessel) und trinken danach erneut diesen Rheumatee.

Kohl-Wickel

Kohlblätter wirken desinfizierend und lindern Schmerzen. Sie helfen bei rheumatischen Gelenkschmerzen, auch bei Tennisarm oder Gicht. Bei entzündlichen Prozessen entzieht der Kohl dem Körper die Giftstoffe und leitet sie über die Haut ab. Fast alle Kohlsorten sind geeignet, am häufigsten werden Wirsing- und Weißkohl verwendet.

Schneiden Sie die hervorstehende Mittelrippe heraus, bevor Sie das Kohlblatt zerquetschen. Zum Zerquetschen nehmen Sie am besten eine Flasche, damit das Holz eines Nudelholzes nicht den Pflanzensaft aufsaugt. Wenn der Saft austritt und Sie den Kohl riechen, legen Sie das Blatt auf die betroffene Stelle. Bei chronischen Beschwerden können Sie es leicht anwärmen. Fixieren Sie das Blatt mit einem Handtuch oder einer Mullbinde. Es kann 1-2 Stunden einwirken oder bei chronischen Schmerzen auch übernacht liegen bleiben. Nach dem Entfernen des Kohlblattes waschen Sie die Haut mit Wasser und pflegen sie mit etwas Johanniskraut-Öl. Kohlwickel können Sie 1 – 2mal täglich anwenden (morgens und abends). Nach spätestens einer Woche sollte eine deutliche Besserung zu spüren sein.

Farnkraut-Kissen

Getrocknete Farnwedel halten die Wärme sehr gut und bringen Erleichterung bei rheumatischen Schmerzen, auch bei Hexenschuss oder Ischias. Schneiden Sie einfach im Sommer bei einem Spaziergang einige Wedel Farnkraut, trocknen sie und stopfen sie anschließend in ein Baumwollsäckchen. Gut verschließen, Fertig.

Heublumen (*Flores graminis*)

Ein **Sud aus Heublumen** - entweder als Badezusatz oder im Wickel - gehört zu den wirksamsten Maßnahmen bei der Behandlung schmerzender Gelenke. Es ist ein Gemisch aus Blütenteilen, Samen, kleineren Blatt- und Stängelstücken von Wiesenblumen und Gräsern. Wirksam sind hauptsächlich ätherische Öle und Cumarine. Heublumen regen die Hauterwärmung an, entspannen die Muskeln und lindern den Schmerz.

Für ein Vollbad übergießen Sie 500g Heublumen (aus der Apotheke) mit 4 Litern heißem Wasser und lassen 30 Minuten zugedeckt ziehen. Durch ein Sieb gießen Sie diesen Sud in die Badewanne. Bei 38 - 40° C sollten Sie darin nicht länger als 15 Minuten baden. Danach streifen Sie das Wasser nur ab, hüllen sich warm ein und ruhen mindestens 1 Stunde nach. Bei Herzschwäche, hohem Blutdruck oder Heuschnupfen sollten Sie das Heublumenbad nicht anwenden.

Brennnesseltee

Wem die äußerliche Anwendung der Brennnessel zu schmerzhaft ist, kann dieses Heilkraut auch für eine innere Kur als Tee benutzen. Besonders junge, frische Blätter entfalten eine gute Wirkung, aber im Winter können auch getrocknete Brennnesselblätter zum Einsatz kommen. Zum Aufbrühen eines heilenden Tees genügt ein gehäufte Teelöffel pro Tasse. Die Ziehzeit beträgt fünf Minuten. Um die Entzündungen zurückgehen zu lassen, sollte je morgens und abends eine Tasse warmen Tees getrunken werden. Nach vier bis sechs Wochen sollte sich eine Besserung der Beschwerden einstellen.

Da dieses Kraut überall am Wegesrand zu finden ist, kann der Rheumapatient im Sommer und Herbst selbst einen guten Vorrat an Brennnesseln für den Winter anlegen, indem er das Heilkraut zu Sträußen bindet und an einem trockenen Ort aufhängt. Nach ungefähr zwei Wochen sind die Nesseln getrocknet, können zerbröselt und in Teedosen den ganzen Winter über gelagert werden.

Rheumakur mit Löwenzahn, Zinnkraut und Hagebutte

Um chronische rheumatische Leiden zu lindern, ist es empfehlenswert, eine Teemischung aus verschiedenen Heilpflanzen gegen Rheuma herzustellen. Dafür eignen sich neben der bereits beschriebenen Brennnessel der Löwenzahn, Hagebutten, das Zinnkraut und Birkenblätter.

Der Löwenzahn ist ein ebenfalls schon seit alten Zeiten bekanntes Heilkraut gegen Rheuma. Genau wie die Brennnessel ist er überall in Wald und Wiese zu finden und daher eine einfach einzusetzende Heilpflanze. Löwenzahn wirkt verdauungsfördernd und harntreibend und sorgt so für die wichtige Ausschwemmung der Entzündungsstoffe aus dem Körper.

Die Hagebutte und ihre heilende Wirkung muss schon den Kelten und Germanen bekannt gewesen sein; Spuren dieser heilenden Frucht wurden bei Ausgrabungen gefunden. Im Mittelalter wurde die Rose wegen ihrer Hagebutten in den Klostergärten angebaut, Hildegard von Bingen und andere berühmte Kräuterärzte beschreiben ihre Wirkungen

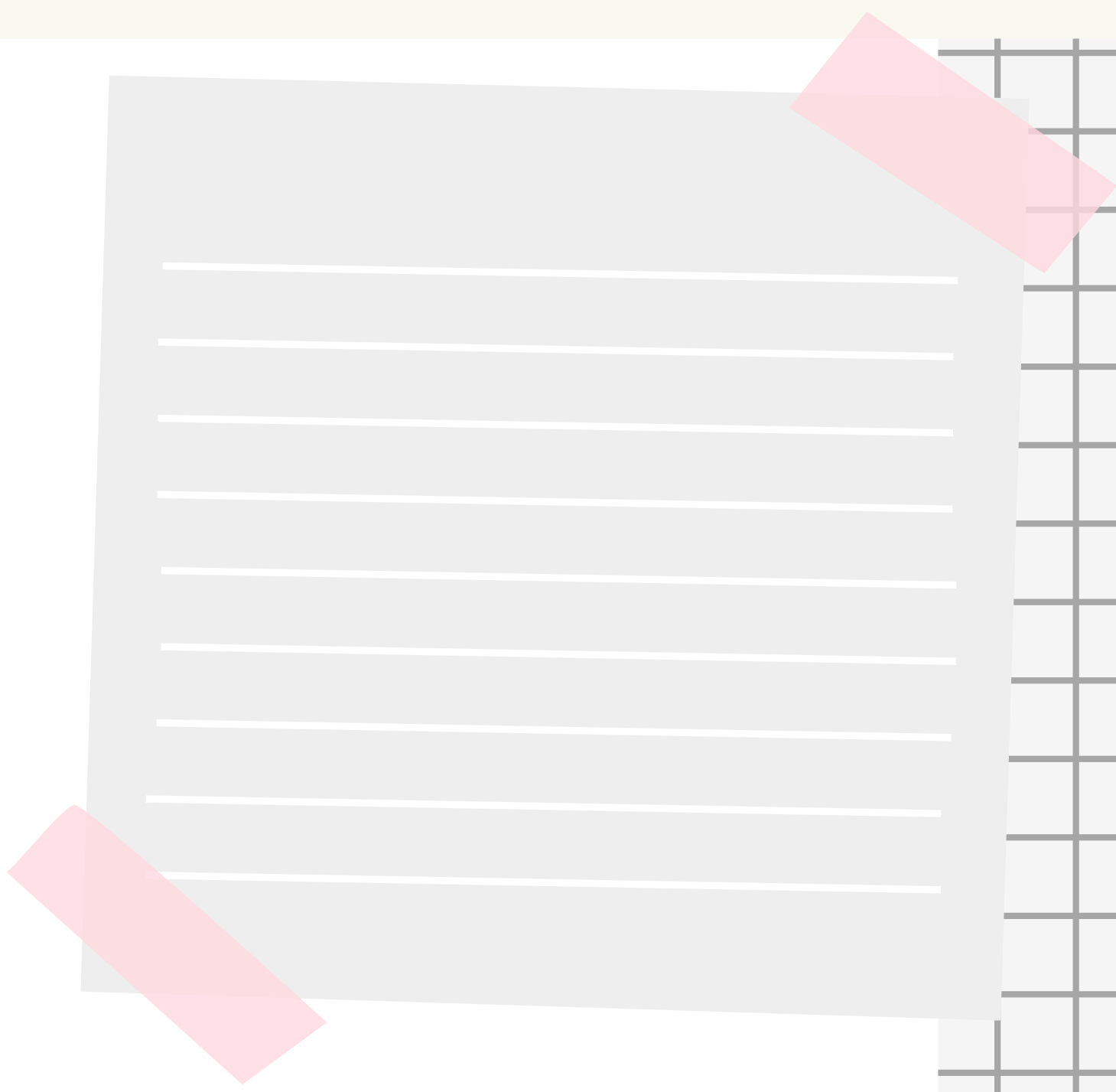
Heute ist die entzündungshemmende Durchschlagskraft der Hagebutte nachgewiesen, daher darf sie in einem wirksamen Tee gegen Rheuma nicht fehlen

Aus Lettland ist die traditionelle Verwendung von Zinnkraut, auch Acker-Schachtelhalm genannt, gegen rheumatische Beschwerden überliefert. Heute ist die Heilpflanze wichtiger Bestandteil von in der Apotheke erhältlichen Präparaten gegen Rheuma. Da das Zinnkraut als Unkraut im Garten wächst und auch in Wald und Wiese zu finden ist, kann es selbstständig gesammelt werden, allerdings gibt es eine Verwechslungsgefahr mit dem giftigen Sumpfschachtelhalm, der in feuchteren Gebieten wächst. Wer sich unsicher ist, sollte Zinnkraut in der Apotheke kaufen oder sich den Unterschied von einem Kräuterexperten zeigen lassen.

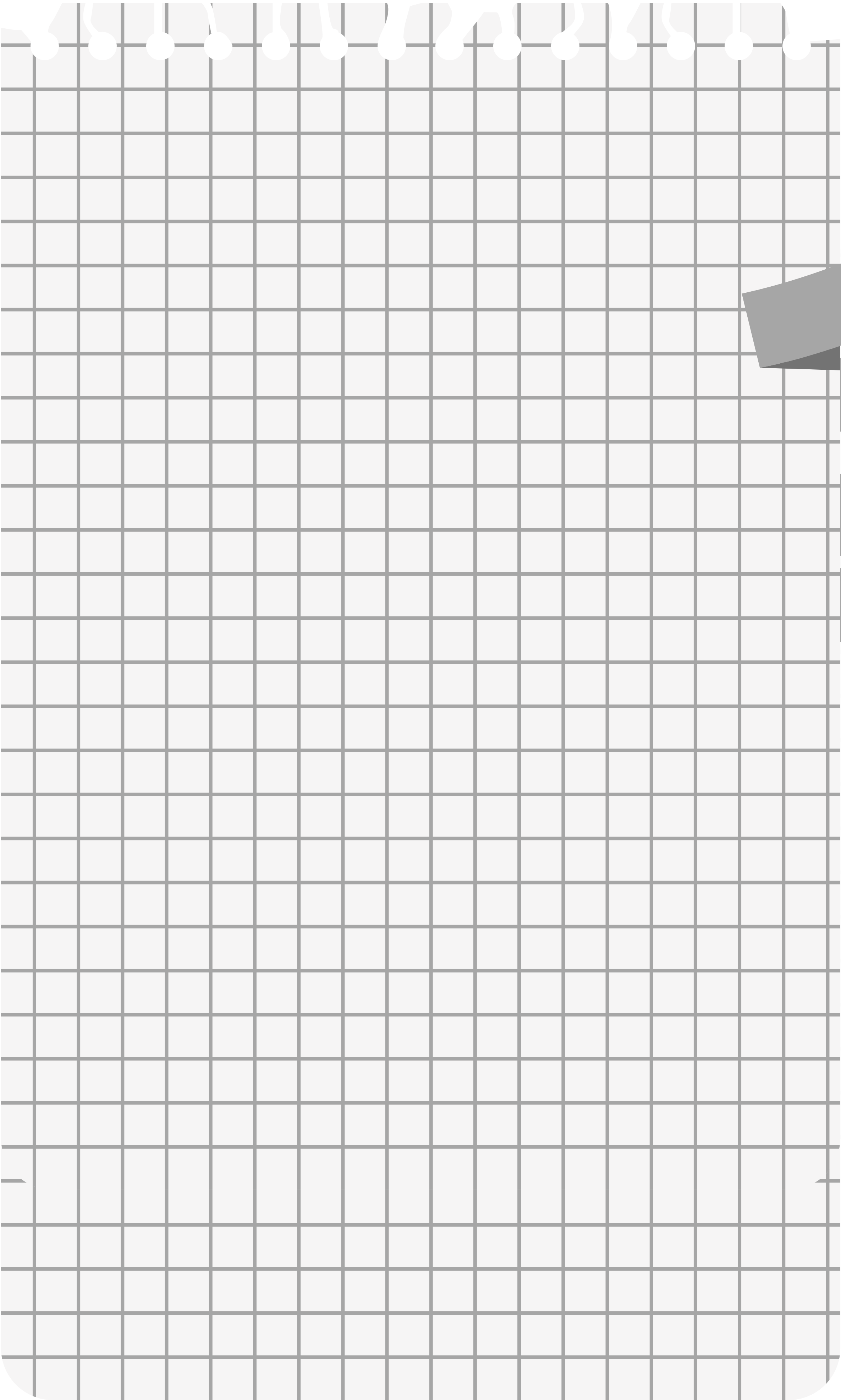
Die Zutat von Birkenblättern als Heilkraut gegen Rheuma schließlich empfiehlt sich aufgrund der enthaltenden Salicylsäureverbindungen. Salicylsäure ist entzündungshemmend und schmerzlindernd und kommt überall in der Medizin zum Einsatz.

IBrennnessel, Löwenzahn, Hagebutte, Zinnkraut und Birkenblätter sollten in gleichen Teile gemischt werden, um einen Tee zu erhalten. Für eine Tasse Tee werden ein bis zwei Teelöffel dieser heilsamen Mischung mit heißem Wasser übergossen. Die Ziehzeit beträgt in diesem Fall zehn Minuten. Wer diesen Tee sechs Wochen lang drei Mal am Tag zu sich nimmt, unterstützt auf natürliche Weise und ohne gefährliche Nebenwirkungen den Heilungsprozess seiner rheumatischen Beschwerden.

.







Literatur

[1] J. Ehresmann.(18. März 2020).apomio.de. Verfügbar unter <https://www.apomio.de/blog/artikel/die-goethe-pflanze-schopferische-kraft-der-botanik>

[2] Lebensenergetik.(24. Juli 2015).Lebensenergetik.de. Verfügbar unter <https://lebens-energetik.tsolis.ch/die-goethe-pflanze/>

[3]Garten Lexikon.(o.a).gartenlexikon.de. Verfügbar unter <https://www.gartenlexikon.de/brutblatt>