

Lungenkraut

Stammpflanze: Lungenkraut
botanischer Namen: Pulmonaria officinalis
Synonima: blaue Schlüsselblume, Fleckenkraut, ungleiche Schwestern, Hirschkohl, Schlotterhose, Hosenschisser, Lungentee, Hänsel und Gretel

Familie: Boraginaceae, Raublattgewächse

Vorkommen/Aussehen: Mitteleuropa, Südosteuropa
schattige Laubwälder, an Bachufern, in Gebüsch, auf Wiesen und
Matten bis 1700 m Höhe
feuchte Böden, kalkhaltige Böden
ausdauernd

STÄNGEL: grün, bis 30cm hoch, borstig behaart, kantig, nur in der
Region der Blüte verzweigt

BLÄTTER: gross, länglich eiförmig, spitz auslaufend, ganzrandig,
dunkelgrün oberseitig mit weissen Flecken übersät (Lungenbläschen),
rauhaarig

BLÜTE: Blütendolde am Stängelende, zuerst rosa, dann blau
Farbveränderung: unbestäubte Blüten sind noch weinrot, bereits
bestäubte violett-blau, beruht auf Anthozyan des Zellsaftes welches
zuerst in saurer, nach der Bestäubung in alkalischer Lösung vorliegt

Blütezeit: März - Mai

verwendete Teile: Pulmonariae herba

Erntezeit: März - Mai

Wirkstoffe: SCHLEIMSTOFFE
Kieselsäure 2.5%
Flavonoide
Allantoin
Saponine (< als 3%)
Gerbstoffe ca. 6%
Kalium

Wirkung: schleimlösend, schleimbildend, lungen-gewebestärkend, reizlindernd,
abwehrsteigernd
äusserlich: erweichend, wundheilend (Allantoin)

Anwendung: Tee, Wein, Pulver, Wildkräuterküche (junge Blätter in Eierkuchen,
Suppen)
äusserlich: Pulver, Bäder

Zubereitung/Dosierung: TEE: 1 TL pro Tasse, Infus, max. 3 Tassen tgl.

PULVER: 1-3 x tgl 1 gestr. TL in warmer, honiggesüsster Milch

LUNGENWEIN: 1-2 Handvoll frische Blätter fein zerschneiden in einer
Flasche mit Malaga eine Woche ausziehen lassen, abpressen, tgl. 1-2
Likörgläser voll einnehmen

LIKÖR: 1 Handvoll Pflanzenteile in Alkohol 50% ansetzen, nach einer
Woche abseihen, mit Honig oder Zucker 1:2 süssen, in ausgekochte
Flaschen abfüllen

Volksheilkunde: Harnwegserkrankungen
äusserlich: Pulver zur Wundheilung

Bemerkungen: NAMEN: lat. "pulmo" = Lunge

HUMORALE QUALITÄTEN: neutral, feucht 1
süß, geschmacklos

Säfteoptimierend:

- Befeuchtend, erweichend
- Vermindert zähe Feuchtigkeit
- Lungenfunktion stärkend

- Befeuchtet, nährt und regeneriert die Schleimhaut der Atemwege
- Stärkt die Lungenfunktion
- Erweicht und zerteilt rohes Phlegma

Bei cholera- und feuchtigkeitsinduzierten Pathologien

Es gibt vermutlich kein so breit wirkendes Heilmittel für die Atemwege wie die Pulmonaria, welche das Wirkungsvermögen von Muzilagosum, Expektoranz und gewebestärkender Kieselsäure-Droge vereint. Sie eignet sich aus diesem Grund weniger für akute Atemwegspathologien, sondern für alle Fälle mit „einer Schwäche auf der Lunge“.

SIGNATUR: Blätter wie Lungenflügel, Farbwechsel wie das Blut von der Lunge rötlich, zur Lunge bläulich fließt

Auswahl an Indikationen:

Indikation	Krankheitsbegriff	innerlich	Spezies
ja = Indikation nein = Kontraindikation		ja = innerlich nein = äusserlich	1 = Mensch 2 = Tier
Ja	Atemwegerkrankung	Ja	1
Ja	Bindegewebsschwäche	Ja	1
Ja	Bronchitis	Ja	1
Ja	Heiserkeit	Ja	1
Ja	Husten	Ja	1
Ja	Husten	Ja	1
Ja	Kehlkopfentzündung	Ja	1
Ja	Lungenentzündung	Ja	1
Ja	Verschleimung	Ja	1

Christian Raimann, Juni 2007

www.ch-raimann.ch