



Kräuternachrichten Nr. 12

Winter 2018



grün & wild

Marina Delzer
Kanalstraße 3
16278 Schöneberg
OT Alt Galow

033338 85411
0162 203 60 55

kontakt@gruen-und-wild.de
www.gruen-und-wild.de

Dipl.-Forstwirtin/
Zertifizierter Abschluss des
Lehrgangs *Phytotherapie -
Heilpflanzen kompetent
anwenden*

Weberdistel, Kardätschendistel, Walkerdistel - Aber nein - eine Distel ist es nicht, ...

... auch wenn ihre stachelige Erscheinung uns an eine Distel denken lässt. Vielmehr bildet sie eine eigene Pflanzenfamilie, die Kardengewächse, gemeint ist die **Wilde Karde** (*Dipsacus sylvestris*).

Manche ihrer volkstümlichen Namen beziehen sich auf ihr wehrhaftes Aussehen: *Igelkopf* oder *Kratzkopf*; andere erinnern daran, wofür sie früher häufig genutzt wurde: nämlich zum Kämmen der Pferde (Kardätsche) und der Wolle, das auch *kardieren* genannt wird. Bis zum Ende des 19. Jahrhunderts wurde die Weber-Karde, eine mit der Wilden Karde eng verwandte Art vor allem in Frankreich und Deutschland für die Textilindustrie angebaut. Sogar im Zunftzeichen der Tuchmacher ist sie mitverewigt.

Im Herbst und Winter zielt ihr brauner Fruchtstand vielerorts die Wegränder und so manche Wiese.

Die zweijährige Pflanze hat im Sommer geblüht, hat ihre zahlreichen Samen ausgestreut und ist danach abgestorben. Viele Samen haben gekeimt! Rings um die Mutterpflanze herum wachsen nun lauter dunkelgrüne Rosetten und ihre Blätter sind ebenso stachelig, wie die ganze Pflanze. Im Frühjahr erhebt sich der Blütenstängel und wächst in die Höhe, um dann im Sommer zu blühen.



Die nektarreiche Blüte ist eine gute Bienenweide, wird aber auch sehr gerne von Hummeln besucht. Sie weist eine eigenartige Besonderheit auf: Die violetten Blütenblätter erscheinen zuerst ringförmig in der Mitte des walzenförmigen Blütenstandes. Dieser Blütenring teilt sich alsbald, ein Teil wandert nach oben, einer nach unten.

Diese Eigenart hat man nach der Signaturenlehre mit der sog. *Wanderröte*



in Verbindung gebracht, einem Symptom das z. B. bei Borreliose häufig, aber leider nicht immer auftritt. Bei der Wanderröte bildet sich um den Zeckenbiss herum eine ringförmige Rötung, die sich innerhalb von 10 - 14 Tagen immer weiter ausdehnt und dann verschwindet. Man kann bei diesem Symptom relativ sicher davon ausgehen, dass eine Infektion mit Borrelien vorliegt und rasches Handeln ist gefragt!

Heilkundliches

In der Volksheilkunde haben die Blätter und vor allem die Wurzel der Karde schon sehr lange einen festen Platz. Aufgrund ihrer Inhaltsstoffe - zu nennen sind hier u. a. Bitterstoffe, Saponine und Phenole - wirkt sie antibakteriell, entzündungswidrig, verdauungsstärkend, entgiftend, ausleitend und zellschützend.

In neuerer Zeit kommt der Wilden Karde eine zunehmende Bedeutung bei der naturheilkundlichen Behandlung von Borreliose zu. Dabei wird die im Herbst gegrabene, sehr bittere Wurzel kurmäßig als Tinktur verabreicht.



Betroffene berichten von sehr guten Erfolgen, doch wissenschaftliche Belege gibt es bislang noch nicht. Der Ethnobotaniker Wolf-Dieter Storl, selbst betroffen von dieser Infektion, hat dieser Krankheit und ihrer Behandlung ein ganzes Buch gewidmet und er schreibt, dass die Kardenwurzel im Körper ein Millieu schaffen kann, das den Borrelien nicht behagt und diese so letztendlich vertrieben werden.

Wer diese imposante Pflanze in seinem Garten heimisch machen möchte, gräbt sich jetzt im Winter oder im zeitigen Frühjahr, wenn der Boden frostfrei ist, eine der zahlreichen rosettenartigen Jungpflanzen aus und lässt sie nach der Blüte aussamen. Nicht nur Bienen und Hummeln werden sich über diese Schänke freuen. Auch Distelfinken lieben die Samen. Und die Blätter der Karde bilden an ihrer Blattbasis ein kleines Basin, in dem sich Regenwasser sammelt. Sie dienen so als Tränke für allerlei Insekten.

Zum Jahresende ...

... möchte ich mich auf diesem Wege bei allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern meiner Workshops und Kräuterwanderungen bedanken. Durch die vielen inspirierenden Gespräche, durch Eure Neugier und Euer Interesse an den Pflanzen und der Natur fühle ich mich reich beschenkt. Ein herzliches Dankeschön geht auch an meine Partner, für die gute Zusammenarbeit, an meine Freunde, meine Familie und insbesondere an meinen Mann für die Unterstützung. Ich wünsche uns allen friedliche und frohe Weihnachten und ein erfolgreiches und glückliches Jahr 2019.

... gibt es noch eine letzte Kräuterwerkstatt in diesem Jahr:

am kommenden Mittwoch, 19. Dezember 2018, 19.00 - ca. 20.30 Uhr,

Auf unserem kleinen **vorweihnachtlichen Abendspaziergang** wollen wir in den Abend lauschen. Zum Abschluss gibt es einen wärmenden Punsch, eine kleine waldige Verkostung und ein Räucherritual mit dem Wacholder.

Treffpunkt ist der Parkplatz am Richterberg, oberhalb Stützkow.

Kostenbeitrag: 15 € zzgl. 2 € für den Glühpunsch und die Verkostung.

Wegen der Vorbereitung bitte ich - falls nicht bereits geschehen - dringend um Anmeldung bis Dienstag, 18.12. Telefonisch unter 033338 - 85411 oder per mail: kontakt@gruen-und-wild.de

Tipp: Wer zu Weihnachten oder zu einem anderen Anlass einen **Gutschein für eine**

Kräuterveranstaltung im neuen Jahr verschenken möchte, kann mich gerne kurzfristig per mail oder telefonisch kontaktieren.

Die Termine für 2019 gibt es dann in Kürze hier:

grün & wild

Wenn Ihnen mein Newsletter gefallen hat,
dann leiten Sie ihn doch einfach an Freunde und Bekannte weiter.

Partner

Nationalpark
Unteres Odertal



Im Januar versende ich die neuen Veranstaltungstermine in meinem *Kräuterbrief*.
Wenn Sie den Newsletter nicht mehr erhalten möchten, können Sie ihn mit einem Klick abbestellen.

grün und wild Kanalstraße 3 16278 Schöneberg Deutschland
[Newsletter abbestellen](#)