

Ehrenpreis – lat. *Veronica officinalis*

Volksnamen

Grundheilkraut, Heil aller Welt, Heil aller Schäden, Männertreu

Drogenname: *Veronicae herba*

Ein nach dem Namen „ehr“ viel geehrtes und „preis“ gepriesenes Kraut.



Pflanzenbeschreibung

Ehemals Familie Rachenblütler

(Braunwurzgewächse), neuerdings nach molekularbiologischen Untersuchungen wird der Ehrenpreis zu den Wegerichgewächsen (Plantaginaceae) gerechnet.

Ehrenpreis-Arten sind einjährige oder mehrjährige Pflanzen. Sie sind kleinwüchsig mit zottigen, kriechenden oder aufsteigenden Stängeln. Die gegenständigen Laubblätter sind kurz gestielt oder sitzend. Die Blüten sind in Blütenständen zusammengefasst. Die kleinen, meist blauen (seltener weißen) Blüten sind vierzählig.

Veronica officinalis, der echte oder Wald-Ehrenpreis wächst halb aufrecht und besitzt traubenartige Blütenstände, die aus den Achseln der Stängelblätter hervorsprossen.

Blütezeit: Mai bis August

Sammelgut: blühendes Kraut

Vorkommen

Der Wald-Ehrenpreis liebt trockene magere Wälder, Waldränder, Heiden. Kalkfeindlich/ Säurezeiger.

Etwa 30 Ehrenpreis-Arten sind in Europa, Nordamerika, Nordasien verbreitet. Am bekanntesten sind der Gamander-Ehrenpreis, der Persische Ehrenpreis (der um 1800 aus dem Botanischen Garten Karlsruhe verwilderte) und die Bachbunze (Bach-Ehrenpreis).

Inhaltsstoffe

Aucubin, Flavonoide, Bitterstoffe, Gerbstoffe, Saponine

Wirkung und Anwendung in der Volksheilkunde

Ehrenpreis wurde früher gegen Krätze, Ausschlag und Grind auf der Kopfhaut verwendet. Bereits 2 Tassen Tee regeln den Cholesterinspiegel, stärken das Gedächtnis, Konzentration und regeln den Kreislauf zwischen Herz und Gehirn. Ehrenpreis ist ein idealer Tee bei Stresssituationen, Gedächtnislücken und vorbeugend zur Arterienverkalkung. Das überbrühte

Kraut wurde bei Hauterkrankungen bereits in Pestzeiten auf die betroffenen Körperstellen aufgelegt (Kompressen).

Alle Ehrenpreis-Arten sind etwas heilkräftig, wenn auch nicht so wie der Wald-Ehrenpreis.

Die volkstümlich überlieferten Anwendungen sind nicht belegt (sog. „Nullmonographie“).

Homöopathie

Veronica officinalis : In der Homöopathie wird Ehrenpreis bei chronischer Bronchitis, Asthma bronchiale, Lymphdrüenschwellung und Tuberkulose verwendet. Als verstärkendes Mittel gibt man Ehrenpreis bei Nephritis, Cystitis, Hämaturie, Grieß und Nebennierenerkrankungen.

Thermische Wirkung (TCM): kühl, wirkt auf Blase und Dickdarm

Zugeordneter Edelstein: Milchquarz, Goldfluß, Magnesit

Volksglaube und Mythologie

Dieses wunderschön zu betrachtende Blümlein war der Begleiter meiner Kindheit, wohl auch weil ich dem Boden sehr nahe war und meine Großmutter täglich im Garten begleitete. Ehrenpreis hat mich schon immer seiner bescheidenen Schönheit wegen fasziniert und als Kind wusste ich schon einiges über diese Pflanze. Darum ist es mir ein großes Anliegen, sie dem Betrachter ans Herz zu legen, sie zu achten und ihr im Garten ein Plätzlein zu lassen.

Hieronymus Braunschweig lieferte eine schöne Erzählung darüber, wie der Ehrenpreis zu seinem Namen kam. Nach dieser Erzählung sah einst im Frankenreich ein Jäger einen Hirsch, der die von einem Wolf gerissene Wunde an einem Eichenbaum rieb. Sich alsdann auf einer dicht mit Ehrenpreis bewachsenen Stelle niederlegte, von dem Kraut eifrig fraß und dadurch in wenigen Tagen geheilt war. Darüber sehr erstaunt, nahm der Jäger den Saft der Pflanze und ging zu dem fränkischen König, den er seit Jahren an Aussatz erkrankt wusste und wusch ihm mit dem Saft zunächst ein Bein. Da der König schon nach Stunden gewahrte, dass der Aussatz an dem Bein abtrocknete, ließ er, trotz der großen Schmerzen, die Kur am ganzen Körper vornehmen. Der König genas nun vollkommen und, um die heilsame Pflanze für alle Zeiten zu ehren und zu preisen, nannte er sie Ehrenpreis.

Die Sage, wie das Heilpflänzchen zu seinem Namen kam, wird auch durch weitere volkstümliche Bezeichnungen für den Ehrenpreis untermauert. So bezeichnet man den Ehrenpreis auch als Grindkraut, Stah up und gah davon und Grundheil. Ein alter Pestspruch lautet: Trink Ehrenpreis und Bibernell – dann stirbst du net so schnell.

Alte Rezepte

1 TL Ehrenpreis und 1 TL Rosmarin - blühendes Kraut, mit ¼ L destilliertem Wasser ansetzen.

8 Tage stehen lassen, danach absieben. Dies kann als Reinigungswasser bei Hautunreinheiten, juckender dünner Altershaut und zur Mundspülung bei Aphten und Zahnfleischentzündungen benutzt werden.

Als Tee lässt man das Kraut nur 3 Minuten ziehen. Kann 2 Tassen tgl. 4 Wochen lang trinken (cholesterinsenkend).

Quellen:

Hirsch, Siegrid, Kräuter in meinem Garten , Freya Verlag 2005

Suppelt, Anne Kräuterkalender, Hampp Verlag 1994 (vergriffen)

Text: Barbara Wallochny

Fotos: Maria Weiser