

Der Erdrauch – *Fumaria officinalis*

Die drei Hauptanwendungsgebiete für den heute oft vergessenen Erdrauch machen seine Aktualität in der naturheilkundlichen Praxis deutlich: Entgiftung – gegen Störungen von Leber und Galle – bei Hauterkrankungen.

Allgemeines

Erdrauch ist eine erstaunliche Heilpflanze. Sie kann den Gallenfluss bei einem „Zuviel“ und „Zuwenig“ regulieren. Diese amphoteriche Wirkung macht ihn zu einem wertvollen Mittel bei Verdauungsbeschwerden im Zusammenhang mit Leber-Galle-Erkrankungen.

In der Erfahrungsmedizin werden dem Erdrauch auch diuretische und laxierende Eigenschaften zugeschrieben, er gilt als Blutreinigungsmittel. In der volksmedizinischen Tradition wird Erdrauch auch bei Psoriasis eingesetzt. Vermutlich wirkt hier die enthaltene Fumarsäure.

Der Name des in Europa und Asien vorkommenden Mohngewächses (Fam. Papaveraceae) röhrt wahrscheinlich von seinem Aussehen her: Es wirkt, als würde die Pflanze mit ihrem blaugrünen Blattwerk und ihrer rotschwarzen Krone wie Rauch vom Boden aufsteigen.

Darreichungsform und Zubereitungen

Erdrauchkraut (*Fumariae herba*) kann als Tee, Tinktur, Extrakt, Saft oder Fertigarzneimittel und homöopathisches Mittel (z. B. *Fumaria-offic alis-Urtinktur*, -Dilutionen und -Tabletten verschiedener Potenzen) verordnet werden. Außerdem ist es in verschiedenen homöopathischen und spagirischen Komplexmitteln enthalten, bspw. Lymphomyosot (Fa. Heel), VERINTEX spag. Peka Tropfen innerlich (Fa. Pekana) oder Heweberberol Tropfen (Fa. Hevert).



Erfahrungsgemäße Anwendung bei

- krampfartigen Beschwerden des Gastrointestinaltrakts, besonders der Gallenblase und Gallenwege
- Leber-Galle-Störungen mit verlangsamer Verdauung, Flatulenz, Magenschmerzen, Übelkeit, Erbrechen
- Obstipation
- Harnleiden
- Entgiftung / Ausleitung / als Blutreinigungsmittel
- rheumatischen Erkrankungen, Arthrose
- Arteriosklerose
- Psoriasis

Kontraindikationen

- akute Cholezystitis
- Gallenblasen-, Gallengangssteine

Verfasserin: Elisa Gebhardt