

## FACHFORUM

### Gundelrebenkraut - *Hederae terrestris herba*

**Peter Kaufhold**

Früher wurde Gundelrebenkraut nicht nur anstelle von Hopfen zum Bierbrauen, sondern vornehmlich von jenen Menschen als Tee oder Salat verwendet, die mit Blei in Berührung kamen, wozu damals hauptsächlich Maler und Büchsenmacher zählten. Die Gundelrebe besitzt die Eigenschaft, Blei und wahrscheinlich auch andere Schwermetalle aus dem Körper auszuleiten. Bereits in karolingischer Zeit tauchte der Gundermann in einer medizinischen Rezeptsammlung mit dem Titel „Gegen alle Arten von Fieber“ auf. Damals wie heute ist er ein hervorragendes Mittel zur Behandlung von Hautleiden (Abszesse, Fisteln, Hautgeschwüre) und eitrigen Wunden. Ebenso hilfreich ist er bei Lungenleiden (Bronchitis, Husten, Bronchialasthma, Bluthusten, Lungenschwäche, Bronchialverschleimung) sowie als unterstützendes Therapeutikum bei Lungentuberkulose, ferner bei Harnwegserkrankungen (Blasenentzündung, Blasenschwäche, Nierengrieß) und Magen-Darm-Erkrankungen. Gundermann ist ein Tonikum und Reizmittel, das zudem wirksam ist bei chronischem Schnupfen und (als Preischaft in die Nase aufgesogen) auch bei starken Kopfschmerzen. Nicht zuletzt soll Gundelrebentee Herz und Immunsystem stärken, als Ohrspülung Schleim- bzw. Flüssigkeitsansammlungen im Mittelohr beseitigen und virale Infektionen wie Virusgrippe und Coxsackie bekämpfen.

Bereits Hildegard v. Bingen empfahl die Gundelrebe äußerlich zur Erleichterung der Geburt und gegen Hauterkrankungen.

„Hat ein schwangeres Weib in der Geburt viel auszuhalten“, dann soll man zarte Kräuter, „das heißt: Fenchel und Gundelrebe, in Wasser kochen“ und nach dem Auspressen des Wassers behutsam und mit großer Vorsicht warm auf Rücken und Schenkel auflegen und mittels eines Tuches leicht befestigen, damit die Schmerzen gelindert und ihre verschlossenen Geburtswege um so gelinder und leichter geöffnet werden.

„Wenn ein Mensch infolge fleischlicher Begierde und Unenthaltsamkeit aussätzig wird, soll er Odermennig nehmen, dazu den dritten Teil desselben an Ysop und zweimal soviel wie beides zusammen an Gundelrebe“, diese Kräuter im Wasserbad kochen und den Absud dem Badewasser zusetzen (Hildegard v. Bingen sinngemäß).

Nach Adamus Lonicerus hat die Gundelrebe „zweierlei Substanz; eine ist kalter Natur, die andere warmer.“

Die Blätter von Gundelreben in Wasser gesotten und das getrunken, benimmt die Gelbsucht. Es ist dies ein Badkraut (zum Baden) gegen den Lendenstein (Nierensteine) und das Podagra. Das Kraut mit Essig gesotten und auf die Milz gelegt, stillt die Aufstauung oder Aufblähung derselben (Milzvergrößerung). Gundelrebensaft in die Ohren getan, bringt das verlorene Gehör zurück (Schwerhörigkeit) und hilft auch gut gegen Zahnschmerzen. Dies Kraut in Wasser gesotten und getrunken, stopft die rote Ruhr; mit Speck und Christwurz gestoßen und das Haar damit bestrichen, vertreibt die Milben darin.

Gegen Fisteln ist nichts besser als das gestoßene Kraut aufgelegt oder den Saft eingetropft. Um den blöden Grind am Leib zu heilen, nimm Ackelei, Weizenmehl, Gundelrebe und Weinsteinöl, zerstoße alles miteinander und mache daraus eine Salbe und trage sie auf; es heilet.

#### Gundelrebenwasser

Die beste Zeit der Destillation von Kraut und Stengeln ist Anfang des Brachmonats. Von diesem Wasser morgens und abends je zwei Lot getrunken, hilft gegen Herzzittern, Gelbsucht und den bösen Magen (Magenverstimmung, Magenbeschwerden, Magenleiden). Dies Wasser während des Bades getrunken, verzehrt den Schleim in Harnblase, Magen, Leber und Lunge und macht den Menschen gesund, heilt die Hauptgeschwär, öffnet die Verstopfung der Leber (Leberstauungen) und Milz, macht wohl harnen (wirkt diuretisch) und bringt den Frauen ihre Zeit (Menstruation). Von dem Wasser morgens, mittags und abends je 4 Lot getrunken und auch damit eingerieben, hilft gegen die schweren Glieder (Wasseransammlungen im Gewebe, Lymphstauungen?) der Frauen. Dies Wasser in die fließenden Augen getan, trocknet sie (Lonicerus sinngemäß).

Jacobus Theodorus Tabernaemontanus, der die Gundelrebe wegen ihres bitteren und etwas scharfen Geschmacks als warm und trocken bezeichnete, mit einer Kraft zu reinigen und zu eröffnen, bezog sich bei seinen Ausführungen auf Dioskorides, Aegineta, Dodonaeus, Leonard Fuchs, Plinius, Galenus und Matthiolus.

Gundelreben in Wein gesotten und solchen Tranks vierzig Tage lang getrunken, benimmt die unleidlichen Schmerzen des Hauptwehens. Aegineta und Galenus schreiben, daß die Blüten der Gundelrebe, in Wein gesotten, die verstopfte Leber (Leberstauungen) eröffnen und auch nützlich wider das Hüftwehe (Coxitis, Coxalgia oder Ischias) gebraucht werden. Dioskorides aber sagt, daß man gegen das Wehethum der Hüfte 40 oder 50 Tage lang täglich ein halbes Lot der Blätter mit sieben Lot Wasser als Absud zubereiten und trinken soll. Er sagt auch, wenn man das Pulver 6 oder 7 Tage lang auf diese Weise gebraucht, vertreibe es die Gelbsucht.

Dies Kraut gepulvert und eingenommen, ist auch gut gegen die Würmer der Kinder; samt Stengel und Blüten gepulvert oder einen Trank daraus gemacht, hilft es den Schwindesüchtigen und solchen, die Eiter auf der Brust haben.

Gundelreben mit Kamillenblüten, Beifuß, Poleiminze und Dosten in Wein gesotten und davon getrunken, eröffnet die

verstopfte Mutter und treibt fort die verstandene Zeit (Amenorrhoe). Wer die Brust voller Schleim hat, davon er ständig hustet und schwer atmet (Bronchialverschleimung, Dyspnoe), der siede Gundelreben, Ysop, Alantwurzel und Fenchel in Honigwasser und trinke warm davon, das löst den Schleim und macht auswerfen. Leonhard Fuchs vermeldet, daß dies Kraut von etlichen wider die Pestilenz gelobt und auch von den Reitern nützlich wider die Feifel der Pferde gebraucht werde.

Wenn man das Kraut in Wein siedet und davon trinkt, soll es den Harn, den Harnsand und Harnstein (Harngriff, Harnsteine) treiben, und Matthiolus meldet, daß es, auf gleiche Weise angewendet, das Gift durch den Schweiß austreibe (Ausleitungsmittel auf die Haut).

Dodonaeus schreibt, wenn man das Kraut in Wein siede und warm gegen die Ohren halte oder den Dampf davon durch einen Trichter in die Ohren strömen lasse, sei es gut gegen die Taubsucht (Schwerhörigkeit) und vertreibe das Klingen der Ohren (Ohrengeräusche, Tinnitus). Viele zerreiben auch das Kraut mit den Händen und stopfen es gegen das Sausen und zur Schärfung des Gehörs in die Ohren. Plinius meldet, daß dies Kraut mit Wein zerstoßen und wie ein Pflaster über die linke Seite gelegt der geschwollenen Milz sehr gut bekomme (Milzvergrößerung).

Das Kraut mit Essig gesotten und auf die Milz gelegt, wehrt dem Stechen (Seitenstiche); mit Eierklar auf die Schläfen gelegt, macht es schlafen. Die frischen Blätter auf die Fußsohlen und Handballen gebunden, ziehen die innere Hitze aus dem Leib.

Aus dem Kraut ein Lendenbad (Sitzbad) gemacht, eröffnet die Nieren und treibt den Weibern ihre Reinigung, weshalb auch etliche Weiber es in die Schuhe legen, in den Händen warm werden lassen und daran riechen. Man hält dieses Kraut auch für ein gutes Wundkraut, da es frische und alte Schäden nicht nur reinigt, sondern auch zuheilt (Wunden). Wer einen wunden versehrten Hals (Rachenentzündung) hat, der siede dieses Kraut in Honigwasser und gurgel damit, so heilt es wieder.

Aus dem Kraut soll man im Mai auch ein Wasser brennen, das zu allen vorgenannten innerlichen Gebrechen des Leibes nützlich und gut ist, besonders aber den Schwindsüchtigen und denen, die Eiter auf der Brust haben, denn es räumt die Brust und macht einen leichten Atem, stärkt den erkalteten Magen, die Leber und Glieder des Eingewerds (Darm), verzehrt alle bösen Feuchtigkeiten darin, wird auch nützlich gegen die schwarze und gelbe Gelbsucht gebraucht, hat ebenfalls eine Kraft, den Harn und die verstandene Weiberzeit zu treiben (Tabernaemontanus sinngemäß).

Den Preßsaft aus dem frischen Kraut ließ er äußerlich bei Fisteln, Wunden, Geschwüren sowie auch bei schlaffen Frauenbrüsten anwenden: „Macht auch die lampende Brüst wieder hart.“

Von Hieronymus Bock wurde die Gundelrebe als stopfendes, harntreibendes, leber- und milzöffnendes Mittel genannt, während Matthiolus sie außerdem den Schwindsüchtigen und solchen, die „Eyter auf der Brust haben“, verordnete.

Gundelrebe in Wein gesotten und getrunken, bewegt den Harn, der Frauen Zeit, tötet die Würmer, treibt „das Gift aus durch den Schweiß“. Ein solcher Trank „öffnet die Leber und Milz, heilt die Gelbsucht und das Hüftweh. Das Kraut samt den Blumen gepulvert oder ein Trank daraus gemacht, ist gut den Schwindsüchtigen, die Eiter in der Brust haben; auch wird es gegen den Stein gelobt. Gundelreben in Wein oder Wasser gesotten und damit gegurgelt, heilen die Wundheit von der Mundfäule; damit gewaschen, heilen sie den Grind; ebenso tut die Waschung gut bei Geschwüren, Fisteln und alten, fließenden Schäden. Die Gundelrebe ist ein gebräuchliches Wundkraut, zerquetscht aufgelegt oder getrocknet, gepulvert und aufgestreut (Matthiolus sinngemäß nach Losch).“

Auch der Name Gundermann deutet auf die Wirksamkeit gegen alle eitrigen Prozesse hin (eitrige Geschwüre und Wunden, Lungenerkrankungen mit Eiterbildung etc.), denn Gund ist das altgermanische Wort für Eiter, Beule, faulige Flüssigkeit oder Gift.

Noack gelang es, bei einem Kriegsverletzten die geruchlos bis auf den Knochen nekrotisierende Beinwunde, die bis dahin auf kein anderes Heilmittel angesprochen hatte, durch innerliche (schwache Aufgüsse) und äußerliche (starke, dunkle Aufgüsse) Behandlung mit Glechoma hederacea bei gleichzeitiger Gabe von täglich 3mal Echinacea D2 zur schnellen Granulation und Verheilung zu bringen.

Pitschaft, ein Mitarbeiter Hufelands, bezeichnete die Pflanze als „treffliches Mittel in den angegebenen Lungenleiden“ (Katarrhe, Profluvien, Lungenseuchen, chronische Blutungen). Cazin lobte sie bei chronischen Katarrhen und akuter Bronchitis im 2. Stadium mit kopiösem, eiterähnlichem Auswurf, und Wizenmann nannte sie, kombiniert mit Dulcamara und Phellandrium aquaticum, ein gutes Mittel bei Lungentuberkulose, während er sie bei Gelbsucht und Leberschwellungen (Lebervergrößerung) zusammen mit Wermut empfahl.

Bohn schrieb ihr eine Wirkung auf die Drüsen des Unterleibes sowie auf die Schleimhäute der Atmungsorgane und Harnblase zu, und Najus erwähnte den in die Nase aufgesogenen Preßsaft gegen chronische Kopfschmerzen, derweil Meyer sie zu den Mitteln zählte, die bei hysterischen und neurasthenischen Beschwerden (Neurasthenie) gute Dienste leisten.

Leclerc, der zwar eine gute Wirksamkeit gegen Lungentuberkulose bezweifelte, hielt das Kraut für ein gutes Mittel bei starker Bronchialsekretion. Mattuschka und Arends wendeten es gegen Durchfall an, von anderen wurde es ferner bei Psoriasis empfohlen.

Pfarrer Kneipp verordnete den Gundermann gern in Kombination mit Wermut bei Gelbsucht, zudem bei Brustbeschwerden wie Bronchitis, Husten, Bronchialverschleimung, bei Verschleimungen des Magens und der Nieren, bei Harnwegserkrankungen, Malaria und auch als schmerzstillendes Mittel bei Podagra sowie bei „Verschleimung der Gehörkanäle“.

Nach Messegue ist die Droge ebenfalls ein gutes Hustenmittel, das die Bronchien von Schleim befreit und beruhigt, sehr wirksam gegen Asthmaanfälle und ganz besonders für Kinder geeignet ist. Aufgrund ihrer diuretischen Wirkung wird sie überdies bei Erkrankungen der Harnwege wie Nierenentzündung, Nierensteine, Reizblase, Blasenentzündung und Blasensteine eingesetzt. Auch unterstützt sie die Magen- und Darmfunktion, beseitigt Verdauungsstörungen und ist ein gutes Mittel bei Magenverstimmung mit Durchfall ebenso wie bei Leberstörungen, Gelbsucht und Gallenbeschwerden. Äußerlich wie innerlich angewendet, beruhigt sie die Schmerzen bei Rheuma und Gicht. Sie wird von Messegue nicht allein als Hauttherapeutikum zur Behandlung von Abszessen, Geschwüren und als Wundheilmittel bei Verbrennungen, Schnittwunden, eitrigen Wunden und offenen Wunden gelobt, sondern auch als Schönheitsmittel bzw. Hauttonikum bei Cellulitis (Orangenhaut). Dazu müsse man die Droge gleichzeitig innerlich als Tee und äußerlich in Form von Breumschlägen oder einer Lotion anwenden. Doch auch der Ölauszug wird hier gute Dienste tun.

Auch Pfarrer Künzle erachtete die Gundelrebe für sehr wirksam bei Abweichen mit Blutverlust, verdorbenem Magen, Lungenleiden, Bluthusten, Husten, Asthma und Hauausschlag. „Wer an einem dieser Übel leidet, trinke fleißig Tee von Gundelrebe, Ehrenpreis und Hanfnessel“ (Galeoptis tetrahit). Bei Lungenleiden sei die Teemischung: Gundelrebe, Engelwurz und Salbei noch wirksamer. Zudem vertreibe reiner Gundelrebentee Würmer und wirke, in die Nase geschnupft, gegen Nervenkopfschmerzen. Bei Ohrenleiden empfahl er einen Aufguß von Gundelrebe, Schafgarbe und Salbei und jenen Menschen, die an Fußgicht (Podagra) leiden, das Gundelreben-Fußbad.

In **Deutschland** wird die Gundelrebe volksmedizinisch angewendet gegen Gonorrhoe, Leukorrhoe, Bronchitis und Lungentuberkulose, in **Norwegen** äußerlich als Wundheilmittel (Wunden), innerlich gegen Brustleiden, in **Litauen** innerlich gegen Husten und Atemnot, äußerlich als Zusatz zu Gurgelwässern bei Halsschmerzen (Rachenentzündung) und Heiserkeit sowie zu stärkenden Bädern, in **Polen** innerlich gegen Darmentzündung, in **Ungarn** als Diuretikum, bei Nierensteinen, Koliken, ferner bei Milzleiden, Leberleiden, Tuberkulose und Wunden.

Nach G. Madaus wird Glechoma hederacea gegen Erkrankungen der Atmungsorgane bei tuberkulöser Disposition (Lungenschwäche, Lungentuberkulose, Lungenkatarrh, Bluthusten und Husten) angewendet. Ebenfalls genannt wird die Droge bei Bronchialasthma, chronischem Schnupfen und Catarrhus aestivus bzw. Sommerkatarrh (bei letzteren beiden in Form von Kopfdampfbädern).

Zur Anregung des Gesamtstoffwechsels und allgemein gegen Verschleimung wird das Mittel vielfach eingesetzt. Es gelangt zur Verwendung bei: Erkrankungen der Harnorgane (Blasenschwäche, Blasenentzündung und Nierengrieß), bei Leberleiden, Milzleiden, Steinbeschwerden, Gelbsucht, Gastropathien (Magenleiden) und Enteritis (Darmentzündung). Ebenso wird es gebraucht bei Drüsenerkrankungen, Skrofulose, Anämie und Bleichsucht (hier am vorteilhaftesten als Salat im Frühjahr) sowie bei Malaria und gegen Würmer.

Bei Geschwüren und Eiterbeulen leisten heiße Umschläge mit der Abkochung von Gundelrebe, allein oder auch kombiniert mit Schafgarbe, gute Dienste. Bei Leukorrhoe und Gehörleiden (hier gemeinsam mit Salbei und Schafgarbe) werden Spülungen gemacht, während bei Podagra (Fußgicht) die innerliche Anwendung des Tees durch die äußerliche in Form von Bädern (32-35 °C) unterstützt wird.

Gundelrebenkraut kann als Einzelmittel sowie im Teegemisch mit den zur jeweiligen Indikation passenden Drogen verordnet werden.

## Zubereitung und Anwendung

### Brustschmerzen:

Es werden die gekochten, noch warmen Blätter (oder der Brei daraus) auf die Brust gelegt.

### Flüssigkeitsansammlungen im Mittelohr:

Es werden die frischen, in siedendem Wasser erhitzen Blätter warm aufs Ohr gebracht, oder der Gehörgang wird nach Bedarf mehrmals täglich mit einem lauwarmen Aufguß aus zwei Teelöffeln des Krautes und 0,25 Liter kochendem Wasser (5 Minuten ziehen lassen) gespült, oder einige Tropfen des verdünnten, frischen Preßsaftes werden ins Ohr geträufelt.

### Ohrenleiden:

Der Gehörgang wird (nach Künzle) mit einem Aufguß aus Gundelrebenkraut, Schafgarbenkraut und Salbeiblättern gespült.

### Starke Kopfschmerzen:

Der Preßsaft oder Tee aus dem frischen Kraut wird in die Nase gesogen, oder es wird das Pulver aus den getrockneten Blättern geschnupft.

### Zahnschmerzen:

Die frischen Blätter werden langsam gekaut und im Mund gehalten, oder es werden Spülungen mit dem Aufguß

gemacht.

### **Wunden, eitrige Wunden, eitrige Geschwüre:**

Es wird der Brei aus den frischen Blättern aufgetragen oder das Pulver aufgestreut oder ein mit der Abkochung oder dem Aufguß getränkter Umschlag aufgelegt. Auch die Verwendung des unten beschriebenen Wundkrautöls ist erprobt.

### **Gicht:**

Nach Bedarf werden Fußbäder mit dem Aufguß gemacht, der gleichzeitig innerlich angewendet wird (2-3 Tassen täglich).

### **Rheuma:**

Einem Vollbad wird der Aufguß aus 200 Gramm Gundelrebenkraut und 2 Litern kochendem Wasser zugesetzt. Zusätzlich wird der Tee kurmäßig getrunken (2-3 Tassen täglich).

### **Alle Hauterkrankungen:**

Es wird ein mit dem Aufguß getränkter Umschlag oder ein Breiumschlag aus dem frischen Kraut aufgelegt. Gleichzeitig wird der Tee getrunken. Oder dem Vollbad wird ein Aufguß folgender Mischung zugesetzt:

Gundelrebenkraut 40.0  
Odermennigkraut 30.0  
Ysopkraut 10.0

Diese Mischung wird mit 1 Liter kochendem Wasser übergossen und nach 10-15 Minuten dem Vollbad zugesetzt.

### **Lungenleiden, Husten, Asthma, Bluthusten, blutende Diarrhoe, Magenverstimmung:**

Es wird nach Bedarf mehrmals täglich ein Aufguß aus Gundelrebe, Ehrenpreis und Hanfnessel (Künzle) verabfolgt. Als Ersatz für die Hanfnessel (Galeoptis tetrahit) kann die Bleiche Hanfnessel (Hohlzahn, Galeoptis dubia) verwendet werden. Oder es wird 2 x täglich 1 Eßlöffel des Preßsaftes eingenommen.

### **Alle übrigen Indikationen:**

Nach Bedarf werden täglich 1-2 Tassen des Aufgusses aus 2 gehäuften Teelöffeln des Krautes und 0,25 Liter kochendem Wasser getrunken (10 Minuten ziehen lassen).

### **Tee gegen Lungenleiden (nach Künzle)**

Gundelrebenkraut 30.0  
Salbeiblätter 30.0  
Angelikawurzel 30.0

### **Steinleiden, Gelbsucht, Malaria (nach Lewinski)**

Hederae terrestris Herb 40.0  
Absinthi Herb 20.0  
(Aufguß: 2 Teelöffel auf 0,3 Liter siedendes Wasser)

### **Lungenleiden, Bronchitis (Hager)**

Hederae terrestris Herb 20.0  
Veronicae Herb 20.0  
Farfarae Fol 20.0  
Liquiritiae Rad 20.0  
Dulcamarae Stip 20.0  
(Aufguß: 3 Teelöffel auf 0,4 Liter siedendes Wasser)

### **Spülungen bei Gehörleiden und Leukorrhoe (nach Georg)**

Hederae terrestris Herb 10.0  
Millefolii Herb 10.0  
Salviae Fol 10.0  
(Aufguß: Im Mengenverhältnis 1 Teelöffel auf 1 Tasse Wasser zu Spülungen)

### **Bronchitis, Stauungskatarrhe der Luftwege (nach Bischoff)**

Hederae terrestris Herb 20.0  
Centaurii Herb 20.0  
Fumariae Herb 20.0  
Frangulae Cort 20.0  
Equiseti Herb 20.0  
(Aufguß: 2 Teelöffel auf 0,4 Liter siedendes Wasser)

**Wundkrautöl**

Ein Glas aus weißem, durchsichtigen Glas mit dem frischen Kraut vollstopfen, verschließen und 4 Tage in die pralle Sonne stellen. Am Boden des Glases sammelt sich eine helle Flüssigkeit. Diese wird abgeseiht und im Kühlschrank aufbewahrt. Mischt man die Flüssigkeit zur Hälfte mit 30%igem Korn, erhält man eine Tinktur, die haltbarer ist. Tinktur und Öl eignen sich zur Behandlung von Hundebissen, schlecht heilenden Geschwüren und eiternden Wunden. Die Tinktur darf jedoch niemals unverdünnt auf offene Wunden gebracht werden. Man kann sie 1:3 mit Wasser mischen und den Wundverband damit tränken.

**Gundelkrautöl**

Ein verschraubbares Glas wird zur Hälfte mit frischen, zerquetschten Gundelrebenblättern gefüllt, mit soviel 96%igem Alkohol beträufelt (zwischendurch stets schütteln), daß kein Alkohol am Glasboden sich sammelt. Die Blätter dürfen vom Alkohol nur ein wenig naß sein. Danach stellt man das Glas verschlossen für ca. 30 Minuten bei 40-50 Grad in den Heißlufttherd (zwidurch schütteln), füllt dann das Glas mit einer Mischung aus 70% Oliven- und 30% Mandelöl auf und läßt es entweder 2 Tage bei 40-50 Grad im Heißlufttherd stehen oder stellt es für 14 Tage an einen warmen Ort (jeden Tag 1-2mal schütteln). Schließlich wird das Öl warm durch einen Kaffeefilter in dunkle Flaschen gefüllt und kühl gelagert.

**Dosierung**

30-50 Gramm des Saftes (Leclerc)  
1 Teelöffel voll zum Imfus (Madaus)

**Quelle**

Teilauszug aus der Gundelrebenkraut-Monographie des Computer-Kräuterrepertoriums PhytoMagister 3.9 von KAUFHOLD SOFTWARE, [www.phytomagister.de](http://www.phytomagister.de)

**Anschrift des Verfassers:**

Peter Kaufhold  
Mühlenstr. 65  
45731 Waltrop  
Telefon: 02309 / 799 30

[Zurück zum Inhaltsverzeichnis](#) / [Zum nächsten Artikel](#)

Naturheilpraxis 10/2000