

Christrose

Helleborus niger (giftig)

Hahnenfußgewächs (Ranunculaceae)

weitere Namen	Schneerose, schwarze Nießwurz, Christwurz, Schelmerwurzel, Weihnachtsrose, Eisblume Lenzrosen = Helleborus-Hybriden
Standort	feuchter Kalkboden, Halbschatten streng geschützte Pflanze – in vielen Regionen ausgestorben in der freien Natur in D nur noch im Berchtesgadener Land häufiger in Österreich und Slowenien
Pflanzenhöhe	10 bis 30 cm
Blütenfarbe	weiß
Blütezeit	Dezember bis März mit ihrem Nektar nähren sie die Frühaufsteher unter den Faltern und Bienen bzw. Selbstbestäubung
Inhaltsstoffe	herzaktive Glykoside, Saponine, Helleborin, Akonitsäure, Protoanemonin, ätherisches Öl
Heilwirkungen	abführend, wassertreibend, lebensverlängernd
Magisches	ein Blatt, nach der Blüte bei zunehmendem Mond geschnitten, vom Ostwind getrocknet (Blatt in eine Schachtel legen, an der nur die Ostseite offen ist), pulverisiert und in einem Säckchen bei sich getragen, vertreibt Melancholie und gibt ein langes Leben
Verwendung	das homöopathische Mittel Helleborus wird aus den getrockneten Wurzeln der Christrose (Helleborus niger) anhand der Vorschriften des homöopathischen Arzneibuches hergestellt – in Form von Globuli, Tabletten, Tropfen erhältlich Kräuterpulver aus getrockneten Blättern: Im Juni geschnittene Blätter im Schatten getrocknet, pulverisiert und 1:1 mit feinem Zucker gemischt, ergeben ein lebensverlängerndes Mittel. Das Pulver kann ab dem 60. Lebensjahr in Minimalmengen (etwa 1 Messerspitze täglich) genommen werden. Quelle: Die Kräuter in meinem Garten, Seite 607 (eigene Anmerkung: ich würde den Zucker entweder weglassen und ein reines Kräuterpulver herstellen oder durch Honig ersetzen)

Die giftigen Inhaltsstoffe werden bei Verletzung der Pflanze freigesetzt und bei Kontakt mit der Haut oder Schleimhaut kommt es zu Vergiftungserscheinungen wie Rötung, Juckreiz oder Blasenbildung auf der Haut (Hahnenfußdermatitis). Bei der inneren Aufnahme beeinflussen sie das Nervensystem: Es kommt zu Erbrechen, Durchfall und Schwindelanfällen, aber auch zu Krämpfen und Lähmungserscheinungen. Die Symptome ähneln denen einer Herzglykosid-Vergiftung.

Die Wurzel der Christrose wird seit dem Altertum als Heilpflanze geschätzt, wobei sie zunächst vor allem als Brech- und Abführmittel verwendet wurde. Belege über ihre Anwendung bei Geisteskrankheiten und Wahnsinn reichen ebenfalls bis in die Antike.



In der Pflanzenheilkunde des frühen 20. Jahrhunderts galt die Wurzel von *Helleborus niger* lange Zeit als wichtiges Mittel bei Erkrankungen des Gehirns, der Gebärmutter und der Nieren und wurde zum Beispiel bei Hirnhautentzündung, Depression, melancholischen Zuständen, psychischen Beschwerden bei Ausbleiben der Menstruationsblutung, Demenz, Kopfschmerzen, Herzschwäche, Nierenentzündung und Wassereinlagerungen verordnet. Aufgrund ihrer potentiellen Giftigkeit wird *Helleborus niger* in der heutigen Pflanzenheilkunde nicht mehr verwendet, stößt aber aufgrund ihrer beobachteten schädigenden Wirkung auf Krebszellen in der pharmakologischen Grundlagenforschung auf Interesse.

Der Zeitpunkt ihres Blühens kennzeichnet die Christrose auch als Mondpflanze, zur Zeit der Wintersonnenwende sind die hellen Tage am kürzesten und der Mond scheint am längsten. Mondpflanzen gelten generell als beruhigend und schlaffördernd. Die Christrose bringt uns das Licht in der Dunkelheit. Auf medizinische Zusammenhänge übertragen vertreibt die Christrose die Dunkelheit bei Gemütssymptomen des Menschen wie z. B. Depressionen, Melancholie, Verwirrung und Alterserkrankungen.

Johannes Wilkens beschreibt in seinem Buch „Die Heilkraft der Christrose“ die Frühgeburt eines Jungen nach 28 Wochen Schwangerschaft – das Kind hat sich unter Gabe der Christrose durch ihre Anregung von Nachreifungsprozessen ohne irgendwelche Störungen entwickelt.

Die Christrose hat eine zentrale Rolle in der Therapie von gedämpften, andererseits aber auch plötzlich überschießenden erregten Bewusstseinszuständen (ADS/ADHS). Bei beiden Formen der Erkrankung ist die Aufmerksamkeit gestört und eine hohe Ablenkbarkeit vorhanden. Über die Ursachen wird noch gestritten. Es erstaunt vielleicht, dass die Christrose wesentliche Nachreifungsprozesse anregen kann, aber nach allgemeinen Erfahrungen hat sie eine wesentliche Rolle in der Überwindung dieser Zustände. In eine ähnliche Richtung nervlicher Überforderung geht die Hilfe durch die Christrose bei neurologischen Erkrankungen wie Tics oder Grimassieren.

Quellen: Johannes Wilkens – Die Heilkraft der Christrose, Siegrid Hirsch und Felix Grünberger – Die Kräuter in meinem Garten, Paracelsus – Vom eigenen Vermögen der Natur, www.pflanzen-deutschland.de/helleborus_niger.html, www.kraeuter-entdecken.de/kr%C3%A4uter-des-monats/christrose/

Die Texte in dieser Form dürfen ausschließlich für private Zwecke genutzt werden. Eine Vervielfältigung – auch auszugsweise – oder gewerbliche Nutzung ist NICHT erlaubt!

WildkräuterFEENführungen Martina HELFert – Teckstraße 25 – 72666 Neckartailfingen