

Die Königskerze



Die Königskerze ist von beeindruckender Anmut. Ihre bis zu 3 Meter hohen saftigen Stängel sind in der Blütezeit von schillernd gelben Blüten geschmückt. Den ersten Teil Ihres Namens trägt die Königskerze vermutlich aufgrund Ihres majestätischen Wuchses an sonnigen Böschungen und in zahlreichen Gärten. Doch woher kommt das Wort „Kerze“ im Namen dieses Braunwurzgewächses?

Ihren Namen hat die Königskerze aufgrund ihrer majestätischen Erscheinung und ihrer früheren Verwendung, denn die Stängel wurden in Wachs, Öl, Harz oder Pech getaucht und als Fackeln genutzt. Sie wurde früher auch Herba lucernaria (Lampenkraut) genannt.

Die Königskerze fand bereits bei Hippokrates Erwähnung als Mittel zur Wundbehandlung. Aristoteles nutzte sie angeblich zum Fischfang. Man sagt, er hätte die Samen der Königskerze ins Gewässer gestreut, um die Fische mit den in den Samen enthaltenen Saponinen zu betäuben.

Die nordamerikanischen Indianer sollen getrocknete Blätter der Königskerze zusammen mit anderen Heilpflanzen bei Atemwegserkrankungen geraucht haben.

Hildegard von Bingen nutzte die Königskerze als Heilmittel gegen Depressionen. Heute wird sie in der Naturheilkunde vorwiegend bei Husten angewandt.

Die (Großblütige) Königskerze ist eine zweijährige, krautige Pflanze, die bis zu 3 Meter hoch werden kann. Erst im zweiten Jahr bilden sich ihre leuchtend gelben Blüten.

Wirk- und Inhaltsstoffe

Das Geheimnis der Königskerze? Die Königskerze ist reich an Saponinen, Flavonoiden und wertvollen Schleimstoffen, die sie zu einem gut verträglichen Mittel gegen Husten und Heiserkeit machen. Die einzigartige Kombination an Wirkstoffen erzielt eine reizmildernde Wirkung. Das in der Königskerze enthaltene Aucubin verleiht ihr zusätzlich eine keimhemmende Wirkung, die sogar Bakterien wie Streptokokken im Wachstum hindern kann.

Kenndaten

Wissenschaftlicher Name: *Verbascum densiflorum*
Familie: Braunwurzgewächse (Scrophulariaceae)
Wuchshöhe: bis zu 2 m

Farbe der Blüten: leuchtend Gelb

Vorkommen: Europa, Türkei und Nordafrika

Standorte: sonnig; nährstoffarme, durchlässige und trockene Böden

verwendete Pflanzenteile: Blüten

Synonyme

Bettlerdecke, Brennkraut, Donnerkerze, Fackelblume, Fackelkraut, Feldkerze, Frauenkerze, Goldblume, Hammelschwanz, Himmelbrand, Himmelkerze, Himmelsbrand, Himmelskerzenblume, Johanneskerze, Kerzenkraut, Löwenfackelblume, Marienkerze, Schafschwanz, Unholdenkerze, Unholdkerze, Welbenblume, Welkeblume, Wetterkerze, Windblume, Wollblume, Wollkraut, Wullblume, Wundblume

Wirksame Inhaltsstoffe

ätherische Öle, Flavonoide, Invertzucker, Iridoide, Karoin, Phenolcarbonsäuren, Saponine, Schleimstoffe

Heilwirkung und Anwendungsgebiete

Die Königskerze ist besonders zur Behandlung von Husten und Heiserkeit geeignet, denn sie wirkt nicht nur reizlindernd, sondern zudem auswurfördernd und kann dazu beitragen, einen Sekretstau zu verhindern. Die Saponine der Königskerze tragen dazu bei, zähen festsitzenden Schleim auf den Bronchien zu lösen. Die Königskerze hilft auch, die Atemwege vor dem Austrocknen zu schützen – dank der in ihr enthaltenen Schleimstoffe, die sich wie ein schützender Film über unsere Schleimhäute legen und es so Krankheitsserregern schwer machen. Bei Halsweh und einem wunden Hals ist die Königskerze gut geeignet, um den quälenden Schmerz schnell zu lindern.

Die Königskerze wirkt positiv auf den Gallenfluss und die Leber und wird auf folgenden Gebieten eingesetzt:

- Afterjucken
- akute und chronische Lungenleiden
- Asthma
- Atemwegserkrankungen
- Augenentzündung
- Brandwunden
- Bronchitis
- Durchfall
- Entzündungen der oberen Luftwege
- Geschwüre
- Hämorrhoiden
- Hauterkrankungen
- Heiserkeit
- Husten
- Kehlkopfkatarrh
- Magen-Darm-Katarrh
- Magenschleimhautentzündungen
- Mandelentzündung
- Mittelohrentzündung
- Ohrenschmerzen
- Reizhusten
- Tinnitus
- Wundheilung

Dosierung und Anwendung

Die Königskerze wird vorwiegend als Bestandteil von Teemischungen verwendet, man kann sie aber auch pur zur Zubereitung eines Tees verwenden und ihre heilende Wirkung, vor allem bei Husten, nutzen.

Hierfür 4 TL Blüten mit ¼ Liter kochendem Wasser übergießen und nach 5 Minuten abseihen. Davon täglich 3 Tassen trinken.

Warnhinweise

Bei empfindlichen Personen kann die Königskerze allergische Hautreizungen auslösen. Während der Schwangerschaft und der Stillzeit nicht ohne ärztlichen Rat anwenden!

Wichtiger Hinweis: Allfällige in diesem Artikel angeführte mögliche Heilwirkungen von Pflanzen und Zubereitungen sind nicht als ärztliche Handlungsempfehlungen zu verstehen und ersetzen keinesfalls die fachliche Beratung durch einen Arzt oder Apotheker.