

Heilpflanze des Monats September

Hagebutte - Heckenrose (Rosa canina)



Hagebutte (Rosa canina)

Herbstzeit, die Zeit der reifen Früchte.

Leuchtend rot strahlen jetzt kleine Früchte an wilden Sträuchern. Reife Hagebutten haben jetzt Sammelzeit. Die kleinen Vitamin C Bomben sind die richtige Vorbereitung auf die kälter werdende Jahreszeit. Man bereitet sich dazu einen Tee zu.

Mittelalterlicher Wortstamm

Ihren Namen bekam die Hagebutte, die auch Hundsrose genannt wird, von den mittelhochdeutschen Wörtern "Hag" (dichtes Gebüsch) und "butte". Dies ist das Gefäß, in dem die Samen sitzen.

Übrigens... Der Apfelbutzen hat diesen Wortstamm ebenfalls.

Die Kerne der Hagebutte sind die Früchte dieser aus Persien stammenden Pflanze. Eigentlich handelt es sich nicht um Kernen, sondern um "Nüsschen".

Frucht oder nicht?

Mit Hagebutte ist eigentlich nur die Frucht verschiedener Rosenarten gemeint. Das Fruchtfleisch der im Spätherbst geernteten Früchte ist süßsauer und reich an Ascorbinsäure (Vitaminen C) und wirkungsvollen Inhaltsstoffen.

Die Bezeichnung "Frucht" trifft es aber auch nicht ganz richtig. Was als Früchte bezeichnet wird, sind eigentlich "Scheinfrüchte". Im Inneren der Hagebutte befinden sich steinharte Schliessfrüchte, so genannte Nüsschen. Diese werden oft fälschlich als Samen bezeichnet.

Achtung! Juckreiz-Gefahr

Die Borsten innerhalb der Hagebutte sind als Juckpulver bekannt. Sie sind mit feinen Widerhaken bestückt und lösen so den unangenehmen Juckreiz aus. Diese "Samen" sollten deshalb nicht mitverarbeitet werden.

Herkunft

Die Hagebutte wächst in Europa, Nordafrika und Vorder- und Mittelasien in Hecken, Gebüsch und Böschungen.

Dieser Strauch wächst bis zu 5 Meter hoch und hat charakteristische rosa- farbigen Blüten. Für diese typisch sind die nach dem Verblühen nach unten geschlagenen Kelchblätter. Bis zum Herbst reifen die Blüten zu leuchtend roten Hagebutten heran.

## Synonyme

Vielorts werden die Hagebutten generell als "Heckenrose", "Hagen Rose" oder "Schlafdorn" bezeichnet.

Weitere Synonyme sind Butterfässlein, Dornapfel, Hainbutten, Heckenrose, Hetscherln, Hindsrose, Wildrose, Zaubrose, Weinrose, Apfelrose und Rosenbeere.

## Wirkung

### Vitaminbombe Hagebutte - Die Wirkung

Hagebutten sind fast ein kleines Herbstzeit-Wunderwerk. Sie enthalten für die Jahreszeit wertvolles Vitamin C in reichhaltiger Menge (Hagebutten enthalten fünfmal mehr Vitamin C als Zitronen - 100 g frische Hagebutten enthalten allein 400 - 500 mg Vitamin C). Dazu Flavone, Fruchtsäuren und Vitamin B-Komplexe.

Verwendet werden die Schalen der Hagebutte

Hauptanwendungsgebiete sind vor allem Erkältungen und Bronchitis. Sie dient ebenso der Stärkung des Immunsystems (Förderung der Immunkörperbildung) und regt Abwehrkräfte an. Wenn ein erhöhter Vitamin C-Bedarf besteht, sind Hagebutten geradezu ideal.

### Wirkungsweise

Mittel aus Hagebutte wirken schmerzlindernd und entzündungshemmend bei Wunden. Sie senken freie Radikale und wirken leicht harntreibend. Aus diesem Grund wirken Hagebutten auch bei chronischem Nieren- und Blasenleiden.

Weitere Einsatzgebiete sind Frühjahrsmüdigkeit und Osteoporose.

## Anwendung

### Kleine Kraftpakete in Teeform

Reife Hagebutten werden im Herbst von den Büschen geerntet. Üblicherweise werden sie danach von den Kernen befreien und kleingeschnitten.

Da Hagebutten ziemlich wasserhaltig sind, sollte man sie an einem warmen trockenen Platz oder bei minimaler Hitze im Backofen trocknen (nicht höher als 40°C).

### Hagebutten als Tee

Hagebuttenschalen werden getrocknet als Tee für verschiedene Symptome und "Leiden" verwendet.

Bei Fieber wirkt Hagebuttentee erfrischend. Durch das reichhaltige Vitamin C können die Abwehrkräfte des körpereigenen Immunsystems erhöht werden.

Die Frucht ist ziemlich widerstandsfähig. Sein Vitaminanteil wird durch das Kochen nicht zerstört.

Durch den Gehalt an Fruchtsäuren und Pektinen wirkt ein Hagebuttentee ebenso auch leicht abführend. Dies trägt zur Ausscheidung von Giftstoffen bei.

Als Bachblüte "Wild Rose" steht die Heckenrose für die Hoffnung und Lebensfreude.

### Weitere Formen

Ausser als Tee lassen sich die Herbstfrüchte auch als vitaminreiche Marmelade oder Mus verzehren.