

Große Klette

Die große Klette wird – je nach Standort – zwischen 50 bis 200 cm hoch. Sie ist bereits seit dem Altertum für ihre medizinischen Eigenschaften bekannt. Die Blätter haben eine keimtötende Wirkung und werden bei Hautleiden äußerlich in zerquetschter Form als Umschlag aufgelegt. Aus der Wurzel wird eine Essenz zubereitet die äußerlich bei Hautkrankheiten und innerlich bei vielen gesundheitlichen Störungen eingesetzt wird. Aus den Samen wird ein Öl gewonnen und ebenfalls zu heilkundlichen Zwecken verwendet.



Erntemonate	ganzjährig
Verwendbare Pflanzenteile	Blätter, Samen, Wurzeln
Besondere Inhaltsstoffe	ätherisches Öl, antibiotisch wirkende Stoffe, Bitterstoffe, fettes Öl, Fettsäuren, Gerbstoffe, Glykoside, Harz, Inulin, Kalium Phosphorsäure, Phytosterine, Schleimstoffe, Tannine, Teer.
Eigenschaften	blutreinigend, choleretisch (Gallenfluss fördernd), Diuretikum (entwässernd), entgiftend, entzündungshemmend, harntreibend, und schweißtreibend,
Hilft bei	Abszessen, Akne, Brandwunden, Diabetes (als Nahrungsmittel), Ekzemen, Flechten, Furunkel, Gelenkrheuma, Geschwüre, Gicht, Haarwuchs fördernd, Hautjucken, Hautunreinheiten, Kopfschuppen, Lebererkrankungen, Magenbeschwerden, Nierensteinen, offenen Wunden, Rheumatismus, Seborrhoe, Wechseljahrbeschwerden, Wundheilung

Anwendung in der Küche

Insbesondere können die Wurzeln, Blätter und Stängel als Wildgemüse genutzt werden.

Die jungen Blätter im Frühjahr können wie Spinat zubereitet werden. Die jungen Stengel der Klette lassen sich als Wildgemüse servieren. Zunächst werden sie weichgekocht und anschließend in Stücke geschnitten.

Heilende Anwendungen

Am häufigsten werden die Wurzeln verwendet. Diese erntest du am Besten im Oktober und November. Dann ist noch etwas von den oberirdischen Pflanzenteilen zu sehen und du kannst die Pflanze leicht erkennen. Außerdem ist dann die Kraft der Pflanze verstärkt in der Wurzel zu finden, weil die oberirdischen Teile nicht mehr versorgt werden.

Klettwurzel-Tee (Kaltauszug)

1 gehäufter TL (15-20 g) Klettenwurzel-Stücke

¼ l kaltes Wasser darüber gießen und 5 Stunden ziehen lassen.

Anschließend bis zum Sieden erhitzen und 1 Minute lang sieden lassen. Danach abseihen. Davon dreimal täglich eine Tasse nach den Mahlzeiten trinken.

Innerlich angewendet wirkt der Tee *blutreinigend und fördert Leber- und Gallentätigkeit*.

Die Volksmedizin verwendet diesen Aufguss vorwiegend bei Rheuma, Gicht, Nierensteinen, Blasenkrebs, Ödemen, Gastritis, Colitis mit chronischer Verstopfung und Diabetes.

Äußerlich wird der Tee angewendet für Waschungen, Bäder, Kompressen bei *Ekzemen, Geschwüren, Hautunreinheiten* und anderen *Hautleiden*.

Zur **Haarstärkung** bereite alle 3 Tage einen Aufguss aus den Wurzeln zu und massiere ihn in die Kopfhaut ein.

Für die Haarstärkung und gegen Haarausfall empfiehlt die Volksmedizin auch das folgende Rezept:

Übergießen Sie

- 20 g zerkleinerte Klettenwurzel und
- 10 g Ringelblumenblüten mit
- 1 l kochendem Wasser, lassen den Aufguss aufkochen und dann noch für
- 10 bis 15 Minuten unter kleiner Hitze köcheln.
- Nach dem Abkühlen auf Zimmertemperatur sieben Sie den Sud durch und reiben ihn noch warm
- 1-mal innerhalb von 3 Tagen in die Kopfhaut ein.

Ein Aufguss für Spülungen kann aus Wurzeln und Blättern hergestellt werden. Diese helfen bei *Haarausfall* oder *Kopfschuppen* und verleihen deinem Haar *Glanz*. Du kannst damit auch *entzündliche* Erkrankungen der *Schleimhäute* im Mund- und Rachenraum behandeln.

Wundheilung mit Klettenblättern

Für die Wundheilung bei Verbrennungen, Geschwüren und Schnittwunden werden frische oder eingeweichte getrocknete Klettenblätter auf die betroffenen Stellen der Haut aufgelegt und für lange Zeit dort belassen.

Klettenwurzel-Öl (als Ölauszug zubereitet) wird in den Haarboden einmassiert und hilft gegen Haarausfall, sofern dieser keine hormonelle Ursache hat.

Klettenwurzel-Salbe oder auch der frisch ausgepresste Saft der Klettenwurzel hilft bei Hautproblemen.

Klettenwurzel-Tinktur macht die Wirkstoffe der Pflanze haltbar und du hast sie bei Bedarf stets zur Verfügung. Du kannst natürlich dafür auch die Blätter verwenden.

Herstellung:

- Wurzel und Blätter zerkleinert und ausgedrückt in
- 1 Schraubglas mit passendem Deckel füllen.
- Mit Weingeist oder Doppelkorn übergießen bis alles gut bedeckt ist.
- 2-4 Wochen an einem warmen Ort stehen lassen. Ab und zu schütteln, damit die Wirkstoffe gut ausgezogen werden.
- Abseihen und in Tropffläschchen füllen.

Einnahme: 3 mal täglich, 5 Tropfen mit Wasser verdünnt

Für die äußerliche Anwendung kannst du die Tinktur mit Wasser verdünnen und ähnlich anwenden wie den Tee.

HINWEIS:

Von der Anwendung der Klette während der Schwangerschaft, wird abgeraten!

*Die Informationen hier können nicht den Besuch beim Arzt ersetzen.
Ziehe bei ernsthaften oder unklaren Beschwerden unbedingt deinen
Arzt oder Apotheker zu Rate!*