

Cornelia Stern Gemmotherapie

Leseprobe

[Gemmotherapie](#)

von [Cornelia Stern](#)

Herausgeber: MVS Medizinverlage Stuttgart



<https://www.unimedica.de/b24588>

Sie finden bei [Unimedica](#) Bücher der innovativen Autoren [Brendan Brazier](#) und [Joel Fuhrmann](#) und [alles für gesunde Ernährung](#), [vegane Produkte](#) und [Superfoods](#).

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.

Unimedica im Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern

Tel. +49 7626 9749 700

Email info@unimedica.de

<https://www.unimedica.de>



13.26

Rosa canina (Heckenrose)

Rosengewächse (Rosaceae)

13.26.1 Allgemeines

Die Heckenrose ist die häufigste Wildrosenart in Mitteleuropa. Daher stammt auch ihr Name „Hundsrose“ – weil sie so oft anzutreffen ist, gilt sie als nichts Außergewöhnliches bzw. als hundsgemein. Sie ist sehr anpassungsfähig und kann auf trockenen bis mäßig feuchten, basenreichen bis leicht sauren Böden wachsen. Man findet sie an Wegesrändern, auf Weiden, in Wildhecken, an Waldrändern und auf Waldlichtungen – d. h. überall, wo sie genügend Sonnenlicht findet. Als Pioniergehölz schafft sie es, leere Flächen wieder zu besiedeln und für andere Büsche und Bäume vorzubereiten.

Beliebt ist die Heckenrose wegen ihrer Früchte, der Hagebutten. Diese enthalten viele lebenswichtige Vitamine und Mineralien und zeichnen sich insbesondere durch einen hohen Gehalt an Vitamin C aus. Verarbeitet zu Marmelade, Hagebuttenmark oder Suppe sowie dem wertvollen Kernöl, werden die Rosa-canina-Früchte in der Wildkräuterküche und in der Naturkosmetik geschätzt. Die

Blüten sind wichtig für die Insekten, ihr Duft ist jedoch verglichen mit den Zuchtrosen wenig ausgeprägt und unspektakulär.

13.26.2 Botanik

Die Heckenrose gehört zur Familie – wie es der Name schon sagt – der **Rosengewächse (Rosaceae)** und entwickelt sich bis zu einem 3 m hohen sommergrünen Strauch mit ausladenden, in Bögen überhängenden Zweigen. Sie hat wie alle Rosen kräftige, **sichel- bis hakenförmige Stacheln**. Es sind keine Dornen! Stacheln sind zugespitzte Vorsprünge, die oft an der Sprossachse liegen. Dornen hingegen sind umgewandelte Sprossachsen, Blätter oder Nebenblätter.

Ihre **unpaarig gefiederten Blätter** sind wechselständig angeordnet, bis zu 12 cm lang und tragen fünf bis sieben Fiederblättchen. Diese sind 3–4 cm lang, eiförmig zugespitzt geformt und haben einen gleichmäßig gesägten Rand. Die Blattoberseite ist dunkelgrün, die Unterseite heller und beide sind unbehaart. Die für die Rosengewächse typischen **Nebenblätter** sind mit dem Blattstiel verwachsen.

Von Mai bis Juni streckt die Heckenrose ihre **weißen bis hellrosa Blüten** mit den vielen gelben Staubblättern



► **Abb. 13.113** Rosa canina (Heckenrose) im Frühlingskleid.



► **Abb. 13.114** *Rosa canina* (Heckenrose) im Winter.

der Sonne entgegen. Die Blüten haben fünf Kron- und fünf Kelchblätter. Als Eigenart gilt, dass die Kelchblätter an der gleichen Blüte sehr unterschiedlich gestaltet sind – mal gelappt, dann mit glattem Rand, manche kahl, andere bewimpert (► **Abb. 13.113**).

Ihre leuchtend **hellroten glänzenden Früchte**, die Hagebutten, sind ca. 2 cm lange, schlanke und kahle Sammel Früchte, die im Innern viele hellbraune Samen (Nüsschen) zwischen kratzigen, harten Haaren beherbergen.

Im Winter ist die **wirre Struktur der Heckenrosenzweige** noch deutlicher als im Sommer zu erkennen. Mit ihren Stacheln bieten sie vielen Vögeln Schutz. Die rot leuchtenden Hagebutten bleiben an den nun blattlosen Ästchen (► **Abb. 13.114**).

Ab und zu sieht man mit etwas Glück eine **Rosengalle**, auch Rosen- oder Schlafäpfel genannt. Das sind Gewebewucherungen, die nach dem Einstich der Rosengallwespe entstehen und als Wohnungen für deren Larven dienen. Unters Kopfkissen gelegt, sollen die Rosengallen für einen tiefen, erholsamen Schlaf sorgen.

Heckenrosen entwickeln lange Wurzeläusläufer, mit denen sie sich schnell verbreiten können.

13.26.3 Phytotherapie

In der rationalen Phytotherapie wird die Heckenrose wenig verwendet. Die Kommission E hatte sie mit einer Nullmonografie verabschiedet. Die ESCOP hingegen sieht den Einsatz von Hagebutten (*Cynosbati fructus*) als Unterstützung bei Erkältungen und zur Linderung rheumatischer Beschwerden als sinnvoll an.

Rosenblütenblätter wurden aufgrund ihres Gerbstoffgehalts von dem HMPC als traditionelles pflanzliches Arzneimittel bei leichten Entzündungen im Mund- und Rachenraum und bei leichten Hautentzündungen eingestuft.

13.26.4 Volksheilkunde

Die Heckenrose gehört zu den Heilpflanzen, die schon im klassischen Altertum verwendet wurden. Man schätzte die Wurzeln, Blüten, Blätter sowie ihre Früchte. Tee aus den noch nicht voll erblühten Rosenknospen (nicht zu verwechseln mit den Knospen der Gemmotherapie!) wurden eingesetzt bei Verstopfung, Verdauungsbeschwerden und Blutungen. Auch fiebrige Erkältung gilt als bewährte Indikation. Als Venus-Pflanze musste die Rose selbstverständlich auch bei Frauenleiden zum Einsatz kommen. Mittels Spülungen behandelte man Vaginalerkrankungen.



► **Abb. 13.115** Rosa canina (Heckenrose) – Seitenknospe.

Getrocknete und pulverisierte Blütenblätter gab man als Umschlag auf Wunden und Geschwüre, frische taunasse Blütenblätter legte man auf die Augen, um diese mit ihrer erfrischenden Wirkung aufzuklären.

Rosen als Herzpflanzen eignen sich mit ihren Blütenblättern zur Nervenstärkung bei Unruhe und Stress sowie zur Stärkung des Herzens im Allgemeinen.

Die zerstörten Hagenbuttenkerne werden zudem gerne als „Kernletee“ bei Blasenkrankungen, bei Steinleiden, aber auch bei Gicht, Rheuma und Ischiasschmerzen verwendet. Das fette Öl, auch Wildrosenöl genannt, das man aus ihnen pressen kann, hat einen hohen Gehalt an ungesättigten Fettsäuren und eignet sich wunderbar zur Wundheilung und zur Hautpflege.

13.26.5 Knospenbotanik

Die spitz-eiförmigen, länglichen Blattknospen weisen ein frisches Farbgemisch von Hellgrün bis Rot auf. Man findet sie an den Triebenden als einzelne Knospe oder vom Zweig abstehende, wechselständig angeordnete Seitenknospen (► **Abb. 13.115**). Sie stehen immer alleine und bilden keine Gruppen. Die Endknospen sind rötlich-braun gestielt (► **Abb. 13.116**).

Die Knospenschuppen der Heckenrose sind rötlich-grün, zugespitzt und weisen einen dunkel gefärbten Saumrand auf. Gegen die Knospenspitze hin dominiert die grüne Farbe.

Blattnarben mit Blattspursträngen findet man bei der Heckenrose keine.

Für das Gemmopräparat können sowohl die Seiten- und Endknospen, aus denen sich die Blätter entwickeln, oder die Triebknospen von Rosa canina verwendet werden. Die späteren Blütenknospen erntet man nicht.

13.26.6 Leitlinie

Das Antivirenmittel

13.26.7 Wirkungen und Indikationen

Das Haupteinsatzgebiet von Rosa canina betrifft virale Erkältungen verschiedenster Art, insbesondere solche, die chronisch oder periodisch wiederkehrend sind (► **Abb. 13.117**). Die Heckenrose ist das Mittel der Wahl bei Kindern mit lymphatischer Diathese, die ständig kränkeln. Für die Hausapotheke eignet sich das Gemmopräparat hervorragend bei Hals- und Rachenschmerzen.



► **Abb. 13.116** Rosa canina (Heckenrose) – Endknospen.

Als Mittel gegen rheumatische Beschwerden hilft Rosa canina insbesondere dann, wenn die Symptomatik keine Verschlechterungstendenz im Winter oder bei kaltem Wetter aufweist, also keine Temperaturabhängigkeit zeigen.

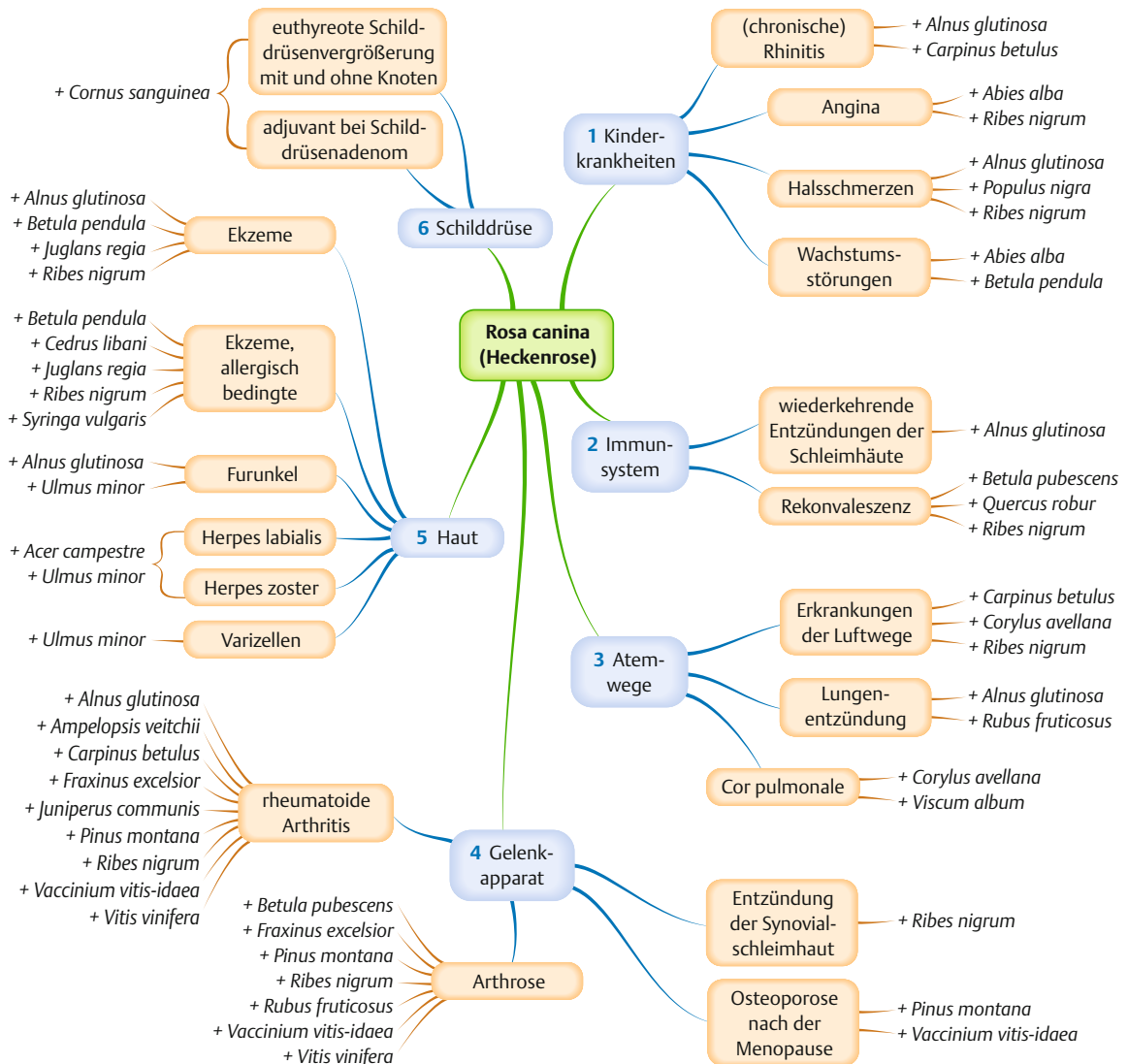
Ihre antivirale Wirkung ist nicht nur bei der echten Virusgrippe, sondern auch bei Hauterkrankungen wie Lippenherpes, Gürtelrose und Windpocken erstaunlich.

+ **Spezielle Dosierungsschemata** **Kur zur Stärkung des Immunsystems**

Während 3 Wochen werden täglich 3–4 Sprühstöße bzw. 25–50 Tropfen Rosa canina verabreicht. Die Kur kann bis zu 6 × jährlich durchgeführt werden.

Osteoporose während der Menopause

- morgens Vaccinium vitis-idaea, 2–3 Sprühstöße bzw. 50 Tropfen
- mittags Rosa canina, 2–3 Sprühstöße bzw. 50 Tropfen
- abends Pinus montana, 2–3 Sprühstöße bzw. 50 Tropfen



► Abb. 13.117 Mind-Map Rosa canina (Heckenrose).



Cornelia Stern

[Gemmotherapie](#)

Grundlagen - Indikationen - Behandlung

240 Seiten, geb.
erschienen 2018



bestellen

Mehr Bücher zu gesund leben und gesunder Ernährung www.unimedica.de