



Knotige Braunwurz (*Scrophularia nodosa*)



Der deutsche Name Knotige Braunwurz bezieht sich auf den knotigen Wurzelstock und wahrscheinlich auch auf die braunen Blüten. Der wissenschaftlich verwendete Gattungsname der Heilpflanze stammt vom lateinischen *scrophula* (Halsgeschwür) ab. Beim Ausgraben sieht man an den langen Wurzeln knötchenartige Verdickungen, daher der botanische Artnamen *nodosa*, lat. knotig.

Die knotige Braunwurz ist eine heimische, aber wenig bekannte Pflanze. Wer aufmerksam beim Spazierengehen an Böschungen, Gräben und Ödland schaut, wird dieses Kraut immer wieder entdecken. Auffallend sind zum einen der exakt viereckige Stängel, ihre dunkelbraun-violetten kleinen Blüten und ihr sehr eigenwilliger Geruch. Die Form der Blüten ist dazu geeignet, dass sie von Wespen bestäubt werden können



In Mitteleuropa findet man folgende Arten: [Wasser-Braunwurz](#) (*Scrophularia auriculata*), [Hunds-Braunwurz](#) (*Scrophularia canina*), [Hoppes Braunwurz](#) oder [Alpen-Hunds-Braunwurz](#), [Alpen-Braunwurz](#) (*Scrophularia juratensis*), [Knotige Braunwurz](#) oder [Gewöhnliche Braunwurz](#) (*Scrophularia nodosa*), [Drüsige Braunwurz](#) oder [Scopoli-Braunwurz](#) (*Scrophularia scopolii*), [Geflügelte Braunwurz](#) (*Scrophularia umbrosa*), [Frühlings-Braunwurz](#) (*Scrophularia vernalis*).

Man teilt die Gattung *Scrophularia* grob in zwei Gruppen. Die eine Gruppe enthält zweijährige oder ausdauernde krautigen Pflanzen, deren Stängel am Grunde höchstens wenig verzweigt sind und nicht verholzen. Die Vertreter dieser Gruppe findet man vor allem in den gemäßigten Breiten der Nordhalbkugel.

Bei der anderen, hauptsächlich im Himalaya beheimateten Gruppe sind die Seitenadern der Laubblätter dagegen unverzweigt. Die Stängel der Pflanzenarten dieser Gruppe verholzen am Grunde, im Boden, und sind oft stark verzweigt.

Je nach Standort wird die ausdauernde Knotige Braunwurz 50 bis 120 cm hoch. Im Juni bis August bilden sich die grünlich braun gefärbten Blüten.

Die verdickten Knollen an den Wurzeln, erinnern an die **Lymphknoten**, was ursprünglich entsprechend der Signaturenlehre der Anlass dazu war, die Heilwirkung der Braunwurz im Bereich der Lymphknoten und bei Schwellungen zu suchen.



Knotigen Braunwurz
(*Scrophularia nodosa*)

Die Braunwurz wurde schon im Altertum als wichtige Heilpflanze geschätzt. Dioskurides erwähnte sie im 1. Jahrhundert n. Chr. in seinen Schriften. Auch im Mittelalter war die Braunwurz noch sehr beliebt. Im 16. Jahrhundert überlieferte Hieronymus Bock ein Salbenrezept mit der Braunwurz. In dieser Zeit wurde die Braunwurz auch gerne gegen Hexerei verwendet.

Die Braunwurz wirkt anregend auf das **gesamte Lymphsystem**: Die Lymphe wird angeregt, Stauungen aufgelöst, Lymphknoten schwellen ab. Sie hat einen direkten Bezug zu unseren Drüsen und wird vor allem bei geschwollenen, entzündeten Mandeln, bei Brustdrüsenentzündungen und bei Kropf eingesetzt.

Inhaltsstoffe

Als Inhaltsstoffe der Wurzel der Braunwurz zählen Iridoidglykoside, Flavonoide und Saponine. Die Zusammensetzung gleicht jener der Teufelskrallen aus der Kalahari-Wüste, der Gehalt ist aber geringer.

Den Inhaltsstoffen der Braunwurz wird auch eine entzündungshemmende Wirkung zugesprochen, weshalb sie auch bei rheumatischen Beschwerden empfehlenswert ist.

Anwendung

Die Knotige Braunwurz wird bei Geschwülsten, allergischen Drüsenentzündungen, Ekzemen, Augenleiden und Hämorrhoiden angewendet. Nachdem man die blutzuckersenkende Wirkung des Wurzelstocks entdeckte, wurde die Pflanze auch bei Diabetes eingesetzt.

Die Braunwurz wird heutzutage kaum noch angewendet. Sie ist weitgehend in Vergessenheit geraten.

Möglicherweise liegt das nicht nur an dem eher unangenehmen Geruch der Pflanze, sondern auch daran, dass die Krankheit **Skrofulose** (wogegen die Braunwurz früher vorwiegend verwendet wurde) praktisch abgeschafft wurde. Kein Arzt würde eine Krankheit heutzutage noch als Skrofulose bezeichnen.

Stattdessen spricht man von Infekten, wie Allergien, Lymphknotenschwellungen, Mandelentzündung und allerlei anderen Krankheiten. Früher wurden all diese Gesundheitsbeschwerden und Krankheiten unter dem Begriff Skrofulose zusammengefasst. Skrofulose war die Krankheit, wenn ein Mensch nicht recht gedieh, ständig krank wurde und unter verschiedenen Schwellungen litt. Ein aufgequollenes Gesicht mit Laufnase war eine typische Erscheinung für die Skrofulose. Vor allem Kinder waren von der Skrofulose betroffen. Heutzutage gibt es diese infekt-anfälligen Kinder immer noch, aber man spricht nicht mehr von Skrofulose.

Exkurs: Das Lymphsystem

Das Lymphsystem ist das wichtigste Transportsystem des menschlichen Organismus. Zu den Funktionen des Lymphsystems gehören die Bekämpfung von Erregern und der Transport von Abfallstoffen. Arbeitet das Lymphsystem nicht richtig, lagern sich zwischen den Zellen Gewebeflüssigkeit und Eiweiße im Gewebe ab, dabei entsteht ein Lymphstau, auch Lymphödem genannt.

Obwohl der Mensch ungefähr dreimal mehr Lymphe als Blut besitzt, spielt diese in der Medizin nur eine untergeordnete Rolle. Die Naturheilkunde dagegen betrachtet die „weiße Schwester des Blutes“ mit viel größerem Interesse. Je besser das Lymphsystem funktioniert, umso wirkungsvoller funktioniert die Entgiftung und „Entschlackung“ der einzelnen Organe und des Bindegewebes, die durch ein dichtes Netz von Lymphgefäßen an das Lymphsystem angeschlossen sind. Die Lymphknoten haben dabei die Funktion von Filterstationen, in denen sie mit Hilfe von Lymphozyten und Makrophagen (Fresszellen) Erreger und Schadstoffe aus dem Körper eliminieren. Zur Aktivierung des Lymphsystems stehen neben der manuellen Lymphdrainage auch viele altbewährte Heilpflanzen und vor allem die **Braunwurz** zur Verfügung.

Herstellung der Braunwurzsalbe:

Blüten, Blätter und die Wurzel werden gemörsert, in 110ml Olivenöl gegeben und auf 60 Grad erhitzt; 15 Min. ziehen lassen und immer wieder rühren; durch ein Sieb pressen; 100ml Braunwurz-Öl nochmals erhitzen und 15g Bienenwachs dazugeben. Rühren bis das Wachs aufgelöst ist. Nun in Döschen füllen und beschriften. Da die Braunwurz eine leicht antibiotische Wirkung hat, konserviert sich die Salbe selbst für mindestens 1 Jahr.

Die Salbe aus dieser Pflanze wird bei Gelenkschmerzen, Hautflechten, Ekzemen, Hämorrhoiden, Ausschlägen und äußerlich bei geschwollenen Lymphknoten aufgetragen.

Tee der Braunwurz

Ein Teelöffel getrocknetes Braunwurzkraut mit ¼ Liter kochendem Wasser übergießen und 10 Minuten ziehen lassen. Der Tee kann auch für Waschungen genutzt werden.

Lymphknotenschwellungen und Allergien werden mit einer **Tee Kur** bekämpft. Sie stärkt das Immunsystem. Ödeme im Körper werden ebenfalls mit Braunwurz Tee beseitigt. Die in ihm enthaltenen Saponine haben eine leicht harntreibende Wirkung. So werden auch beispielsweise rheumatische Beschwerden behandelt. Außerdem hat Braunwurz noch eine leicht herzstärkende Wirkung.

Weitere Heilkräuter bei Lymphproblemen sind, der Stinkende Storchschnabel, die Ringelblume, Gelber Steinklee und Arnika.

In der Apotheke gibt es eine Reihe von lymphanregenden Präparaten, die auch Braunwurz enthalten.

Hinweis: Dieser Infobrief von Pflanzenfreunden ist nicht als alleinige Grundlage für gesundheitsbezogene Entscheidungen vorgesehen. Bei gesundheitlichen Beschwerden nehmen Sie Heilpflanzenanwendungen nicht ohne Absprache mit einem Arzt oder Apotheker vor. Bei Erkrankungen von Tieren konsultieren Sie einen Tierarzt.

Literaturhinweis:

<https://de.wikipedia.org/wiki/Braunwurz>

<https://www.calendula-kraeutergarten.de/kraeuterlexikon/braunwurz.html>

<https://www.kraeuter-verzeichnis.de/kraeuter/braunwurz-neu.htm>

<https://heilkraeuter.de/lexikon/braunwur.htm>

<http://miriamwiegele.at/braunwurz-vergessene-heilpflanze/>

<https://www.heilkraeuterpflanzen.com/heilkr%C3%A4uter-pflanzen-aus-aller-welt/lymphknotenschwellung-heilkr%C3%A4uter-heilpflanzen-f%C3%BCr-die-lymphknoten/>

https://www.dr-gumpert.de/html/knotige_braunwurz.html

<https://www.pflanzenfreunde.com/heilpflanzen/braunwurz.htm>