

Weinraute (*Ruta graveolens*)



Die Weinraute ist ein Halbstrauch der selten höher als einen Meter wird. Die Laubblätter sitzen fein gefiedert an den Stängeln, sind verkehrt-eiförmig und dunkelgrün bis blaugrün. Sie besitzen Öldrüsen, die den intensiven Geruch absondern. Dieser Geruch ist charakteristisch für *Ruta graveolens* und hat ihr den Namen verliehen: abgeleitet von lat. *gravis* = „schwer“, „unangenehm“ und *olere*: „riechen“. Die doldenförmig angeordneten Blüten sind klein und auf den ersten Blick unscheinbar. Bei näherem Hinsehen fällt jedoch der außergewöhnliche Aufbau auf. Um den zentralen Fruchtknoten sitzen in der Regel



vier kleine, längliche, gefiederte, gelbe Blütenblätter. Über den Blütenblättern sitzt ein Kranz aus Staubblättern, die seitlich vom Fruchtknoten abgehen. Im Herbst bilden sich kugelige Samenkapseln, die schwarze halbmondförmige Samen enthalten.

Schon im Altertum war die Weinraute hochangesehen und hatte den Ruf einer außergewöhnlichen Heilpflanze. Ihr aromatischer Duft schützte vor schlechten Gerüchen, verbesserte Wein und Grappa und reduzierte die schädliche Wirkung des Alkohols.

Seit dem Mittelalter war sie in allen Haus- und Kräutergärten zu finden. Da sie aber haut- und schleimhautreizend ist, entfaltet sie ihre Heilwirkung am besten, wenn sie homöopathisch zur Arznei aufbereitet, also potenziert und damit verdünnt worden ist. Sie half gegen Pest, sie gehörte in jeden Kloster- und Bauerngarten und wurde auch gegen Frostbeulen, bei Sehschwäche, Schwindel und Epilepsie angewendet. Die Weinraute ist leicht giftig, schon der Hautkontakt kann bei empfindlichen Personen zu allergischen Reaktionen führen.

Auch psychoaktive Kräfte wurden der Raute immer wieder nachgesagt. So sollen Leonardo da Vinci und Michelangelo der Pflanze neben der Stärkung ihrer Augenkraft auch eine Steigerung der schöpferischen Leistung zugeschrieben haben. Bis heute hat sich regional die Auffassung gehalten, dass Raute vor Giften schützt und sogar den bösen Blick und den Teufel bannen könne.

Die Weinraute wird seit dem Mittelalter als Mittel zum Verscheuchen verschiedenster Tiere eingesetzt. Nachgewiesen ist die Wirksamkeit der ätherischen Öle gegen Insekten wie zum Beispiel Stechmücken oder Ameisen. Man nahm an, dass die Pflanze auch Krankheiten wie Typhus oder Pest abwehren könne. Daher wurden in Gerichtssälen angeblich Weinrauten verteilt, um eine Ansteckung mit dem Bakterium *Salmonella typhi* zu verhindern – dessen Existenz allerdings erst Jahrhunderte später entdeckt wurde.

Ebenso fand der sogenannte Pestessig reißende Nachfrage: das Gebräu aus Weinraute, Wermut, Rosmarin und verschiedenen weiteren Kräutern. Dieser Trank wurde sowohl äußerlich wie auch innerlich angewendet und schützte dann angeblich vor einer Ansteckung mit dem schwarzen Tod. Der Glaube, dass intensive Gerüche gegen Infektionskrankheiten schützen, entstammt der sogenannten Miasmen-Theorie. Demnach sollen schlechte Luft und Gerüche die Krankheiten auslösen.

Die Weinraute soll angeblich nicht nur Insekten, sondern auch Wirbeltiere wie Katzen und Ratten abschrecken. Da es sich beim Hauptüberträger der Pest um den Rattenfloh handelt, konnte *Ruta* das Risiko an Pest zu erkranken womöglich wirklich – zumindest leichtgradig – senken.

Kurzfilm auf Youtube, zur **Weinraute**: <https://www.youtube.com/watch?v=ZaHd44n8jso&t=103s>

Inhaltsstoffe

Die Blätter enthalten ätherisches Öl (u.a. Methylnonylketon, Thujone), mit betäubender Wirkung, dazu Rutin, Kumarine und über 40 Alkaloide. Weitere Inhaltsstoffe sind Vitamin C und Apfelsäure.

Da die Pflanze auch Alkaloide und andere in höherer Dosis giftige Substanzen enthält, wird von einer Selbstmedikation abgeraten.

Anwendung

Die Weinraute kommt in der Homöopathie oft bei Verletzungen an Bändern, Sehnen und Knorpeln zum

Einsatz. Auch bei Prellungen, die direkt den Knochen beziehungsweise die Knochenhaut betreffen, soll das Mittel helfen sowie bei schmerzenden und überanstrengten Augen nach langem Lesen oder Computerarbeit.

Die Weinraute hat einen besonderen Wirkungsbezug zu den Knochen und dort insbesondere zu der **Knochenhaut**, dem Periost. Es wird eingesetzt, wenn Verletzungen an Stellen auftreten, wo der Knochen ohne viel Schutz durch Weichteile direkt unter der Haut liegt (zum Beispiel am Schienbein), oder bei Prellungen und Quetschungen von Knochen und Gelenken.

Die Weinraute findet auch bei Augenschwäche und **Augenentzündungen** Anwendung, wenn diese durch Überanstrengung der Augen entstanden sind. Dieses Phänomen kennen die meisten Menschen, wenn sie lange vor einem Bildschirm sitzen oder sehr kleine Schriften lesen müssen.

Die Weinraute wird eingesetzt bei Reizzuständen der Haut und Schleimhäute (Reizblase, Verdauungsbeschwerden, gerötete und juckende Augen und Hautausschläge) sowie belastungsbedingten Beschwerden des Bewegungsapparats wie Sehnenknoten, Rückenschmerzen, Ischias Schmerz, Verstauchungen, Karpaltunnelsyndrom und Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises.

Die Heilwirkung der Weinraute soll vor allem **krampflösend, entzündungshemmend und blutdrucksenkend** sein. So sind die Anwendungsgebiete der Ruta graveolens unter anderem Arthritis, Gelenkschmerzen, Kopf- und Zahnschmerzen, Krampfadern oder Schlafstörungen.

Die Weinraute bevorzugt möglichst warme, durchlässige, nährstoffarme Böden. Sie ist robust, dekorativ und gut winterhart.



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:

Buch Haus-Apotheke, Pater Simons

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

https://utopia.de/ratgeber/weinraute-verwendung-und-wirkung_168956/#google_vignette

<https://www.verlagshaus-schwellbrunn.ch/appenzellerland/gesundheit/detail/341-weinraute-hilft-bei-verletzungen-und-ueberanstrengungen.html>

<https://www.homviora.de/wirkstoffe/weinraute>

<https://gesundpedia.de/Weinraute#:~:text=Die%20Weinraute%20ist%20harntreibend%20bei%20Nieren-%20und%20Blasenbeschwerden.,Magenkr%C3%A4mpfen%2C%20einem%20Reizmagen%20und%20darm%2C%20Entz%C3%BCndungen%20und%20Knochenschmerzen.>

<https://www.netdoktor.de/alternativmedizin/homoeopathie/ruta/>

<https://www.gaissmayer.de/web/shop/pflanzen-sortiment/biokraeuter/kuechenkraeuter/kuechenkraeuter-von-a-bis-z/511/ruta-graveolens/20/>