

# Johanniskraut, Teufelsflucht ...



Bilder: Maria Flury

«Kein Wunder, ärgerte sich der Teufel, als er erfuhr, dass diese Pflanze gegen so viel Leid nützlich ist. Voller Wut soll er mit seinem Dreizack auf das Blutkraut eingestochen haben.» Das kann man heute noch sehen: Wenn man ein Blatt gegen das Licht hält, sieht man die «Löcher». Und Paracelsus schrieb: «Seine Tugend kann gar nicht beschrieben werden, wie gross sie ist, ist nicht möglich, dass eine bessere Arznei für Wunden in allen Ländern gefunden wird.»

Um die Sonnenwende, dem Johannistag, 21. Juni herum erblüht das Johanniskraut. Blutkraut, Hartheu, Königskrone, Teufelsflucht ... diese Namen trug es, lange bevor es den jetzigen christlichen Namen bekam. Wenn die Pflanze verdorrt ist, bleibt sein rostrot «Gerippe», das Hartheu, stehen und verrät so im Winter seinen Standort; man trifft das Johanniskraut vor allem in lichten Wäldern an. Die gelben Blüten mit den zahlreichen golden funkelnden Staubfäden haben eine Ähnlichkeit mit einer Königskrone. Wenn ich eine Blüte zwischen den Fingern verreiben, werden sie blutrot (Blutkraut). Dieses **Echte Johanniskraut** erkennt man am zweikantigen, unbehaarten, starken, jedoch relativ dünnen, hohlen Stängel und den unverkennbaren Blüten. Die Blätter sind übersät mit durchscheinenden und einigen ganz dunklen Punkten.

Das Johanniskraut ist für mich eines der wichtigsten Mittel in der Hausapotheke und für unterwegs. Bei Schnittwunden jeder Art, bei einer «Sprisse» oder Schürfwunde, lege ich eine Kompresse, getränkt mit Johannisöl auf die Wunde, und schwuppdwupp, nach zwei bis drei Minuten ist der Schmerz fast weg. Auch bei leichten Verbrennungen habe ich gute Erfahrungen gemacht, die Brandwunde jedoch zuerst lange mit nicht zu kaltem Wasser kühlen, dann eine Kompresse mit diesem Heilöl auflegen, so gibt es selten Blasen. Bei grösserer oder tieferer Verbrennung jedoch sofort den Arzt aufsuchen. Dieses Öl macht ebenfalls spröde Haut geschmeidig. **Achtung:** Man wird lichtempfindlicher bei äusserer oder innerer Anwendung, Gefahr von Sonnenbrand (sich schützen). Innerlich eingenommen ist es eine Alternative zu chemischen antidepressiven Arzneimitteln. Nebenwirkungen, Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln sind möglich, daher Einnahme mit Arzt besprechen! **Übrigens:** Johannisölflecken bringt man nicht mehr aus den Kleidern.

**Tipp:** An einem halbschattigen Plätzchen gefällt es dem Johanniskraut auch auf Ihrem Balkon oder in Ihrem Garten.

Mit fründliche Griöss, Heilpflanzenfachfrau Maria Flury