

CHRISTROSE, EIN WINTERWUNDER



ROLAND VONTOBEL ist diplomierte(r) Drogist und kantonal approbierter Naturarzt.
In Teufen führt er seit 1998 die Praxis Tannenhof.

ROLAND VONTOBEL *Text* // WERNER MEIER *Illustration*

Dieses Jahr möchte ich Ihnen einige Heilpflanzen im Verlauf des Jahreskreises vorstellen. Die erste dieser Heilpflanzen ist die Christrose lat. *Helleborus niger*. Sie blüht um Weihnachten und Neujahr mit wunderschönen weissen Blüten und gelben Staubfäden, wenn ansonsten im Wald alles braun und farblos und schlafend erscheint. Die Christrose als sogenannter Krokus der Hahnenfussgewächse wird rund 30 Zentimeter hoch und besitzt einen schwarzbraunen Wurzelstock, aus dem winterharte, lederartige, dunkelgrüne, gefiederte, sieben- bis neunteilige Laubblätter emporsteigen.

Die zauberhafte Winterpflanze ist vorwiegend in Süd- und Westeuropa in Laubwäldern anzutreffen. In der Schweiz treffen wir die Pflanze im Tessin, insbesondere in der Region von Lugano wild an. In der Ostschweiz besitzt die Pflanze Geschwister wie die «stinkende Nieswurz» und die «grüne Nieswurz». Die gesamte Pflanze ist giftig, auch die Wurzel. In der Pflanzenheilkunde wurde sie schon im Altertum bei Wahnsinn, Melancholie, Wutanfällen und Epilepsie genutzt. Auch Paracelsus verwendete die

Christrose in seinem «Elixier zum langen Leben» und lobte die Heilkraft sehr.

Heutzutage wird *Helleborus niger* (der Name *Helleborus* stammt von einem griechischen Fluss und *niger* bedeutet schwarz, was auf die schwarze Wurzel hindeutet) vor allem in der Homöopathie eingesetzt. Durch die homöopathische Zubereitung verlieren die Giftstoffe die Gefährlichkeit. Dieses Mittel passt besonders für Personen, die im Gedächtnis vorzeitig altern. Sie vergessen das Gehörte sofort wieder, denken verlangsamt und antworten langsam. Sie hören, schmecken und begreifen immer weniger. Am Tage besteht auch ein grosses Bedürfnis zu schlafen. Oft ist das Gesicht blass, eingesunken und abgemagert, mit auffallenden Stirnrunzeln. Aufgrund der Zunahme von Demenz- und Alzheimerkrankungen ist die Christrose wieder aktuell geworden. Christrose vermag das Gedächtnis zu stärken und die Menschen wieder zu verjüngen. Zur Unterstützung verabreiche ich noch *Trifloris Immergrüntropfen*. Für die Therapie ist eine Langzeitkur erforderlich.