

Die Wilde Karde (Dipsacus)



Dipsacus, der Gattungsname der wilden Karde, stammt ursprünglich aus dem Griechischen und bedeutet: "Ich bekämpfe den Durst". Die großen, gegenständigen Blätter sind am Grund zusammengewachsen und bilden einen kleinen Behälter, in dem sich Tau und Regenwasser sammeln, das Vögeln oder Wanderern den Durst stillen kann.

Die Karde ist in Europa heimisch. Sie ist ein Skabiosengewächs und bildet eine eigene Pflanzenfamilie, obwohl der Name "Karde" eigentlich von "Carduus" (= Distel) hergeleitet wurde. Man unterscheidet mehrere Karden-Arten. Die bei uns wild wachsende, früher auch angebaute Karde ist *Dipsacus fullonum* (von lat. fullo – Tuch). In der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) verwendete Karde ist *Dipsacus asperoides* (xu duan, Japanische Sorgloswurzel).



Die Karde ist eine zweijährige Pflanze und wächst gerne auf steinigem Grund, auf Überschwemmungsflächen, frischen Erdaufschüttungen, an Ufern und auf Weiden. Im Frühsommer wächst zuerst eine Blattrosette mit länglichen, hellgrünen Blättern, die paarweise

um neunzig Grad versetzt wachsen. Aus der Rosette wächst im zweiten Jahr ein Stängel, der über zwei Meter hoch werden kann.



Eine Besonderheit bieten diese Pflanzen beim Erblühen in den Monaten Juli und August. Betrachtet man dazu die Karde aus Sicht der Signaturenlehre, so zeigt sie vom Äußeren her ein Ebenbild der chronisch – langsam verlaufenden Borreliose-Symptomatik. Auf halber Höhe des eiförmigen Köpfchens beginnt eine ringförmige Zone zu blühen. Dieser rote Ring teilt sich und wandert dann im Zuge des Abblühens gleichzeitig nach oben und unten. Auch bei der Borreliose kommt es im ersten Stadium der Infektion zu einem roten Ring um den Zeckenbiss, der sich langsam ausbreitet.

Früher wurden die abgeblühten Blütenköpfe der Karde zum Kämmen ungesponnener Wolle verwendet, um sie anschließend besser spinnen zu können (Walkerdistel, Weberstrahl). Auch zum Aufrauhen und dadurch Abdichten von fertig gewebtem Tuch wurde die Karde verwendet. Diese Art der Anwendung wurde schon in der älteren Eisenzeit (Hallstattzeit) nachgewiesen, wie aus Ausgrabungen ersichtlich ist. Sie wurde bis ins 20. Jahrhundert hinein im großen Stil verwendet. Inzwischen wird Wolle entweder maschinell gekämmt, oder man verwendet breite Kämmen mit Metallzinken (Kardätschen).



Die mit Stacheln bewehrte Pflanze wird heute vorwiegend in naturnahen Gartenanlagen gepflanzt oder ausgesät, wo sie nebst der Wirkung auf den Menschen auch als Futterpflanze für Schmetterlinge und später für Vögel dient. Im Herbst und Winter werden die Samenstände gerne von Distelfinken gefressen; deshalb ist es ratsam die Pflanze erst im Frühling zu entfernen.

Zu Heilzwecken wird die Wurzel der zweijährigen Pflanze im Herbst, Winter oder Frühling (ehe sie aufstängelt) geerntet.

Heilwirkung

Die Wilde Karde enthält das Glykosid Scabiosid, Terpene, Kaffeesäureverbindungen, organische Säuren, Glucoside und Saponine.

Als Heilpflanze führte die Karde bis vor kurzer Zeit eher ein Schattendasein, doch das könnte sich bald ändern, weil man inzwischen weiß, dass Auszüge aus der Wurzel antibakteriell wirken, auch gegen Borrelien, die bekanntlich durch Zecken und andere Insekten übertragen werden können.

Dieser Einsatzzweck ist insofern von großer Bedeutung, weil naturheilkundliche Methoden gegen diese Krankheit rar sind und selbst Antibiotika oft nicht helfen.

Im Mittelalter wurden Zubereitungen aus der Wurzel der Karde äußerlich bei Schründen und Warzen verwendet. In der Volksheilkunde wird die Wurzel gegen Gelbsucht und Leberbeschwerden, Magenkrankheiten, kleinen Wunden, Gerstenkörnern, Fisteln, Hautflechten und Nagelgeschwüren empfohlen. Getrocknete Pflanzen liefern einen wasserlöslichen Farbstoff, der als Ersatz für Indigo galt.

Andere innerliche Heilwirkungen: Ausser gegen Borreliose kann man die Kardenwurzel auch zur Stärkung der Verdauung und des Stoffwechsels anwenden. So kann die Karde gegen rheumatische Erkrankungen helfen. Ausserdem kann man die Karde gegen Kopfschmerzen einsetzen.

Anwendung

Eine wesentliche Anwendung der Karde ist die Tinktur, die aus der Wurzel hergestellt wird. Diese Tinktur unterstützt die Behandlung gegen Borreliose. Diese tritt als akute fieberhafte Infektion auf, bei der eine Antibiotika-Behandlung sorgfältig durchdacht werden muss. Im Falle der chron. Infektion mit dem Auftreten einer Wanderröte ist eine vier- bis sechswöchige Kur mit Kardentinktur empfehlenswert.

Herstellung einer Kardentinktur

Für eine Kardentinktur werden die Wurzeln der einjährigen Rosette im Spätherbst oder Vorfrühling, bevor der Blüentrieb nach oben schießt ausgegraben, gründlich gewaschen und zerkleinert. Falls man die Kardenwurzeln von der bereits blühenden oder verblühten Pflanze verwendet sind die Wurzeln enorm hart und weitgehend wertlos.

Füllen ein Schraubdeckel-Glas zur Hälfte mit den Wurzelstückchen.

Mit Doppelkorn übergießen und das Glas verschließen. Lassen Sie die Tinktur drei bis sechs Wochen an einem warmen Ort ziehen. Nach und nach nimmt die Tinktur immer mehr Farbe an. Giessen Sie die Tinktur durch den Kaffeefilter. Anschliessend wird die Tinktur in eine dunkle Flasche abgefüllt und verschlossen und mit Inhalt und Datum beschriftet. An einem dunklen, kühlen Platz gelagert hält sich so eine Tinktur mehrere Jahre.



Die Dosierung: 3 Tropfen in ein Glas Wasser, 3x am Tag. Dauer der Kur mindestens 4 Wochen, Da die Borrelien einen Vermehrungszyklus von 28 Tage haben ist diese Zeitspanne nötig. Eine weitere Einnahme der Tinktur in den folgenden 12 Monaten, einmal im Monat für die Dauer von 3 Tagen wird empfohlen. (Um dem möglichen monatlichen Vermehrungsschub der Borrelien vorzubeugen). Eine Dosierung für kräftig gebaute Menschen kann langsam bis auf 3 x tgl. 1 Eßlöffel gesteigert werden. Bei einer Erstverschlimmerung jedenfalls die Dosierung um 2/3 zurücknehmen..

Dr. Wolfgang-Dieter Storl (*Buch: Borreliose natürlich heilen, AT-Verlag*) weist darauf hin, dass es hier nicht nur auf die homöopathische Information ankommt, sondern auch auf die Menge. (Man kann die Tinktur auch fertig kaufen, z.B. bei <http://www.kardenshop.de/> ist aber relativ teuer.)

Für die Behandlung der chron. Borreliose sind folgende weitere Maßnahmen sinnvoll: Schwitzkur wie Sauna mit Holunderblüte, Lindenblüte und Schachtelhalmtee; kein Jodsalz dafür aber morgens ein Glas dünnes Salzwasser statt Kaffee trinken und etwas unverdünnten Zitronensaft zu sich nehmen, 15 Sec. gezogener Schwarztee regt die Nebenniere zur Cortisonbildung an, Schüsslersalze, Zucker besonders morgens rigoros vermeiden, Fasten, Rohkost.

Die Kardenwurzel soll darüber hinaus auch generell eine Stärkung des Immunsystems bewirken.

Zusätzlich sollte ein gesunder Lebenswandel mit gesunder Ernährung, Schwitzbädern usw. eingehalten werden.

Tee

Aus der Kardenwurzel (auch gemischt mit den Blättern der Rosette) kann man einen bitteren Tee zubereiten.

Pro Tasse kocht man einen Teelöffel der zerkleinerten Wurzel kurz auf und trinkt 3 x tgl. 1 Tasse. Die getrocknete Wurzel für den Tee wird unter dem Namen Radix Dipsaci angeboten. Es handelt sich dabei um die Wurzel von *Dipsacus asperoides*, die mit unserer wildwachsenden Karde eng verwandt ist. Man kann diesen Tee über Apotheken beziehen, die in ihrem Sortiment auch Medikamente der TCM führen, oder aber im Kräuterhandel online bestellen. Auch das Wurzelpulver z.B. mit Honig vermischt kann eingenommen werden, was über Leber und Nieren wirkt.

Äusserliche Anwendung

Äusserlich kann man Abkochungen aus der Kardenwurzel oder die verdünnte Tinktur gegen verschiedene Hautkrankheiten verwenden. Sommersprossen sollen angeblich gebleicht werden und Warzen sollen schwinden.

Zäpfchen und Öl:

Da sich die Borrelienbelastung anfangs auf der Haut zeigt, ist eine Therapie über die Haut und den Enddarm angezeigt. Zu diesem Zweck macht man sich selbst Zäpfchen aus erhitztem Hartwachs, dem 40% Kardentinktur beigemischt wird. Vor dem Erkalten in die Kunststoffröhrchen gießen, nach dem Abkühlen sind die Zäpfchen fertig. Anwendung 3 Wochen lang abends 1 Zäpfchen einführen.

Dusche: Legt man die Kardenwurzel in Öl ein, kann dieses nach 4 Wochen für eine tägl. Dusche verwendet werden. Herr Höfer (www.praxislabor-hoefer.de) hat im Vertrieb einen Duschvorsatz vom Club of Wellness „Elixier“, über welchen das Öl eine sekundenfrische Emulsion erzeugt. Auch das Einreiben des Öls auf die betroffene Hautpartie ist empfehlenswert.

Bekämpfung der Akne: Etwa 50 g getrocknete Wurzeln der wilden Karde werden mit 1 Liter Wasser aufgesetzt und 10 Minuten gekocht, danach filtert man die Flüssigkeit. Von diesem Absud trinkt man morgens vor dem Frühstück und abends vor dem Abendessen jeweils eine Tasse.

Aktuelles

Vorträge/Veranstaltungen:

- **Donnerstag den 8.März.2012 19.30 Uhr** im Sennhof in Heiligenberg, Betenbrunnerstr.1
- **Vortrag: „ Der Tod das große Abenteuer“ mit Anton Styger**
Anton Styger gibt uns in seinem Vortrag eine erweiterte Sicht, wie der Einfluß unseres Erdenlebens auf das Weiterleben nach dem Tode in einer feinstofflichen Dimension sein könnte. Er geht auf den Ablöseprozess ein und erklärt die Voraussetzung für die Qualität eines neuen Lebens. Auch wie wir den Sterbenden den Übergang erleichtern und den Verstorbenen durch unsere Gebete eine Hilfe sind.
Unkostenbeitrag10.-

Hinweis: Dieser Infobriefe kann nicht den Besuch beim Arzt ersetzen.

Literaturhinweis:

Medizin der Erde, Heilanwendung, Rezepte und Mythen unserer Heilpflanzen, Susanne Fischer – Rizzi, AT-Verlag
Dr. Wolf-Dieter Storl Borreliose natürlich heilen, AT-Verlag, Aarau, Schweiz

<http://www.heilkraeuter.de/lexikon/index-h.htm>

<http://www.panpagan.com/forum/heilpflanzen/886-karde-naturheilkundliche-hilfe-borreliose.html>

<http://www.pflanzenfreunde.com/heilpflanzen/wilde-karde.htm>

<http://www.myheimat.de/nebra-unstrut/ratgeber/die-wilde-karde-als-heilpflanze-d671915.html>

http://de.wikipedia.org/wiki/Wilde_Karde

<http://www.kardenshop.de/>

<http://heilpflanzen-info.ch/cms/blog/archive/2009/02/25/karde-borreliose-therapie-nach-storl-beitraege-zur-debatte-4.html>

http://www.zeitschrift.com/magazin/70_Wilde_Karde-Borreliose_ist_Heilbar.ihtml

<http://www.kaesekessel.de/forum/kardenwurzel-natuerliche-behandlung-von-borreliose-t-512-1.html>