



Rosskastanie (*Aesculus hippocastanum*)



Die gewöhnliche Rosskastanie (*Aesculus hippocastanum*) gehört in unseren Breiten zu den schnell wachsenden Bäumen.

Sie gehört mit einer Höhe von bis zu dreißig Metern zu den stattlichsten Laubbäumen Mitteleuropas.

Die deutsche Namensgebung „**Rosskastanie**“ erhielt der Baum aufgrund seiner Samen, den Kastanien, und deren Verwendung als Pferdefutter und Mittel gegen Pferde(Rosse)-husten. Die Osmanen haben die heilende Wirkung bei Pferden entdeckt. Auf diesem Wege gelangte die

Rosskastanie nach Europa.

In einem Kräuterbuch von 1626 heißt es, dass die Früchte der Rosskastanie „*den keuchenden Rossen sehr behülflich*“ seien, vermutlich wegen der zusammenziehenden und antientzündlichen Wirkung ihrer Inhaltsstoffe.



Die Bezeichnung Rosskastanie

unterscheidet diese Frucht von der eßbaren echten Kastanie als minderwertiger und nicht für den menschlichen Verzehr geeignet.

Die Blätter der Rosskastanie sind handförmig gefiedert und bestehen aus fünf bis sieben Teilblättern. Alle nehmen ihren Ausgang von einem zentralen Punkt am Ende des Blattstieles. Ebenso interessant ist die Bewegung der Teilblätter, wenn die Knospen der Rosskastanie sich im Frühling zu öffnen beginnen. Die Blätter hängen zunächst kraftlos und schlaff am Ende des Blattstieles. Sie sind zwar schon groß und schwer, aber noch zu schwach, um sich aufzurichten. Sie erinnern anfangs lebhaft an die herunterhängenden Arme und Beine von Marionetten. Nach und nach richten sie sich dann auf.

Typisches Merkmal der Rosskastanie sind ihre gelbgrünen, kugeligen Früchte. Diese besitzen weiche Stacheln und enthalten glänzend braune Samen, die wiederum über einen großen, hellen Nabelfleck verfügen.

Die gewöhnliche Rosskastanie kann ein Alter von bis zu 300 Jahren erreichen. Erst in der zweiten Hälfte des 16. Jahrhunderts kam die Kastanie über Konstantinopel, dem heutigen Istanbul, zu uns.

Die bekannten Ärzte wie Hahnemann und Hufeland bedienten sich der Rosskastanie bei **Venen- und Hämorrhoidalbeschwerden**, Gicht und Rheuma. Wissenschaftliche Untersuchungen belegen heute diese Eigenschaften, welche schon vor mehreren Hundert Jahren erkannt wurden.

Eine alte Tradition empfiehlt, eine ungerade Anzahl Rosskastanienfrüchte in der Hosentasche mit sich zu tragen. Dies soll vor rheumatischen Beschwerden schützen.

2005 wurde der Baum zur Arzneipflanze des Jahres gewählt.

8-minütigen Kurzfilm erklärt. [Rosskastanie für fitte Venen - Viriditas Heilpflanzen-Video - YouTube](#)

Heil- und Wirkstoffe:

Die aktiven Inhaltsstoffe der Rosskastanie sind das Aescin (Saponine) und die Gerbstoffe. Vor allem das Aescin erhöht die Gefäßspannung sowie die Dichtigkeit der Kapillargefäße (adstringierende Wirkung). Damit vermindert sich der Wasseraustritt in das Gewebe, wodurch sich die Schwellungs-(Ödem-)neigung bei Venenbeschwerden oder Lymphgefäßschwäche verringert. Außerdem wird der Abbau der Festigungselemente in den Aderwänden gehemmt. Auch das trägt zur Stärkung der Venen bei und ist bei Krampfadern besonders wichtig. Zusätzlich helfen die Inhaltsstoffe bei der Heilung, denn das Aescin und die Saponine sind entzündungshemmend. Das Aescin, spielt in der Medizin eine wichtige Rolle.

Anwendung

Angewendet wird die Rosskastanie bei Schmerzen und Schweregefühl in den Beinen, Wadenkrämpfen, Juckreiz und Beinschwellungen. Weiter bei Sportverletzungen und Hämorrhoiden.

Die Kommission E, die pflanzliche Arzneimittel für das Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte wissenschaftlich bewertet, hat folgende **Anwendungsgebiete** für Präparate aus der Kastanienfrucht offiziell anerkannt:

- chronische [Veneninsuffizienz](#) (Erkrankungen der Beinvenen)
- Schmerzen und Schweregefühl in den Beinen
- nächtliche [Wadenkrämpfe](#), Juckreiz und Beinschwellungen



Roskastanien-Extrakt stärkt die Gefäßwand der Venen, indem er die Durchlässigkeit der Gefäßwand herabsetzt. Dadurch kann weniger Blut in benachbarte Gewebe eindringen. Auch verbessert Roskastanien-Extrakt den Abtransport von Wassereinlagerungen im Gewebe. Aufgrund dieser Wirkungen ist es möglich, dass Beschwerden wie schwere Beine, geschwollene Füße oder Krampfadern mit Präparaten aus Roskastanien-Extrakt abgemildert werden. Folgeerkrankungen wie Unterschenkelgeschwüre werden laut Studien ebenfalls sehr oft erfolgreich mit hochdosierten Präparaten mit Roskastanien-Extrakt behandelt.

In der Naturheilkunde wird die „Gemeine Roskastanie“ als Salbe auch bei Hämorrhoiden eingesetzt. Denn die Roskastanie – etwa als Tee oder Salbe angewendet – stärkt die Venenwände, wodurch Hämorrhoiden sich zusammenziehen und zurückgehen können. Dadurch wird es möglich, dass auch die Beschwerden bei Hämorrhoiden wie Juckreiz, Brennen oder Blutungen am After nachlassen.

Eine **Tinktur** aus **Roskastanien** (ganze Frucht oder Schale) oder auch aus Kastanienblüten kann, innerlich oder äußerlich angewandt, bei vielen Beschwerden helfen, unter anderem bei Husten, Krampfadern und geschwollene Füße. Ekzeme und andere Hautprobleme wie Akne und Entzündungen.

Eine Roskastanien-Tinktur hilft nicht nur gegen Venenschwäche, sie kann auch die Arterien stärken und sie von Ablagerungen befreien. Auch werden die kleinen Kapillaren angeregt, mehr Gewebeflüssigkeit aus dem umliegenden Gewebe aufzunehmen und zum Herzen zu transportieren. Dies lässt z. B. geschwollene Knöchel abschwellen.

Zudem werden Roskastanien zu **Salben und Creme** verarbeitet, mit denen man die Beine gegen Krampfadern und Schwellungen einreiben kann.

Bachblüte Nr. 35 White Chestnut (Roskastanie)

Diese Bachblüte ist verbunden mit den Seelenqualitäten der geistigen Ruhe und der Unterscheidungsfähigkeit. Im negativen White Chestnut-Zustand ist man Opfer falschverstandener, unpassender Gedankenkonzepte.

Im negativen Zustand ist man Opfer eines übermächtigen Kopfes, der die Vorherrschaft über alle anderen Persönlichkeitsebenen gewonnen hat. Einige Menschen, die White Chestnut brauchten, erlebten in der Meditation ihren Kopf als eine völlig von sich abgetrennte Energieeinheit.

Im täglichen Leben bei: Gedankenkarussell, Schlafstörungen, Nicht-abschalten-können, Konzentrationsstörungen, Kopfschmerzen durch geistige Überbeanspruchung.

Zur Unterscheidung noch die Rote Kastanie

Bachblüte Nr. 25 Red Chestnut (Rote Kastanie)

Red Chestnut ist mit den Seelenpotentialen der Fürsorge und der Nächstenliebe verbunden. Charakteristisch für den Red Chestnut-Zustand ist eine starke energetische Verbindung zwischen zwei Individuen.

Menschen, die häufig Red Chestnut brauchen, können sich leicht in andere Menschen und Zustände einfädeln und haben eine starke Projektions-Fähigkeit. Sie sorgen sich in anscheinend altruistischer Weise um den anderen und befürchten immer das Schlimmste für ihn.

Red Chestnut-Charaktere leiden für die, die sie lieben, und meinen, die anderen würden es nicht merken. Sie vergessen, daß sie sich damit nicht nur selbst schaden, sondern auch denen, um die sie sich Sorgen machen.

Verschiedene Praktiker berichten, daß Red Chestnut oft für Menschen gebraucht wird, die sich von Berufs wegen, z.B. als Krankenschwester oder Erziehungsberater, stark mit anderen Menschen identifizieren müssen.

Hausmittel mit Roskastanie: Shampoo und Reinigungsmittel

Die Saponine in der Roskastanie haben nicht nur die oben beschriebenen Heilwirkungen, sondern sind pflanzliche Seifenstoffe, die Fett und Schmutz allgemein gut lösen. Der Name Saponin leitet sich vom lateinischen "sapo" ab, was Seife bedeutet. Saponine setzen die Oberflächenspannung von Wasser herab, so dass sich beim Schütteln oder Rühren des Wassers ein seifenartiger Schaum ergibt.

Diese Eigenschaft kann man wunderbar nutzen, um sich ein Roskastanien-Reinigungsmittel oder-Shampoo selbst herzustellen. Das ist vor allem beliebt, wenn man seinen Plastikverbrauch reduzieren möchte.

Hinweise

- ▶ Vor Beginn einer Behandlung mit Roskastanie muss sichergestellt sein, dass die Schwellungen in den Beinen durch Veneninsuffizienz verursacht wurden. Andere Erkrankungen wie beispielsweise, eine Stauung des lymphatischen Systems oder einer Herzinsuffizienz dürfen nicht vorliegen.
- ▶ Tritt in einem Zeitraum von vier bis sechs Wochen keine Besserung der Beschwerden ein, muss ein Arzt konsultiert werden.
- ▶ **Die Verwendung von Teezubereitungen aus den Blättern oder der Verzehr der Samen kann zu Vergiftungen führen.**

Als Nebenwirkung können bei innerlicher Anwendung auch in seltenen Fällen Magenschleimhautreizungen auftreten. Mit einer spagyrischen Behandlung kann diese Nebenwirkung jedoch umgangen werden.



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:

Bach Blütentherapie, Mechthild Scheffer, Hugendubel

<https://www.bach-blueten-portal.de/rosskastanie>

<https://www.baerbel-drexel.de/at/ratgeber/pflanzenkunde/rosskastanie>

<https://bioblick.at/index.php/magazine/33-ausgabe-2017-01/284-lexikon-roskastanie-aesculus-hippocastanum>

<https://drogerie-riesen.ch/category/wirkstoffe/>

<https://bachbluetenseite.wordpress.com/bachbluten-nr-31-38/bachblute-nr-35-white-chestnut-roskastanie/>

<https://www.phytodoc.de/heilpflanzen/rosskastanie>

<https://www.heilpflanzen.info/steckbrief/rosskastanie/>

<https://www.heilpflanzen.info/>

<https://fräuleingrün.at/2016/10/21/die-rosskastanie/>

<https://www.heilpraxisnet.de/heilpflanzen/rosskastanie-aesculus-hippocastanum/>