

## Weinlaub (rotes) (*Vitis viniferae*)



Die Weinrebe (*Vitis vinifera*) ist ein Strauch, der mit Sprossranken zehn bis 20 Meter hoch klettern kann. Der Stamm ist holzig, die Blätter rundlich bis herzförmig. Sie bestehen aus drei bis fünf Lappen und sind am Rand gezähnt. Die Blattoberseite ist kahl, die Unterseite filzig behaart. Im Herbst färben sich die Blätter tiefrot. Die Pflanze bildet unscheinbare gelbgrüne Blüten aus, die sich in Rispen anordnen. Die Früchte, also die Weintrauben, sehen länglich bis kugelig aus. Die rote Weinrebe gehört zu den Weinrebengewächsen (*Vitaceae*) und blüht von Mai bis Juni. Sie wird vielerorts angebaut – unter anderem in Mittel- und Südeuropa, Australien sowie Südafrika.

Ursprünglich stammt die Weinrebe aus Eurasien. Die roten

Weinlaubblätter (*Vitis vinifera folium*) werden einer besonderen, sehr alten Rebsorte zugeordnet, die auch als Teinturier (Färberrebe) bezeichnet wird.

Bekannt ist, dass schon die Ägypter, die Inder sowie die Römer und die alten Griechen vor 3.500 Jahren den Weinbau betrieben.

Durch die vielen unterschiedlichsten Anbauggebiete bildeten sich zahlreiche Rebsorten durch Züchtungen heraus. Zu einer der Züchtungen zählen die roten Weinreben, deren Blättern schon früh eine heilende Wirkung zugesprochen wurde. In Überlieferungen wurden bereits im Jahr 40 bis 78 n. Chr. von der therapeutischen Wirkung ihrer zerkleinerten Blätter berichtet.

Später stellten französische Winzer fest, dass die schönen Beine ihrer Winzerinnen im Zusammenhang mit dem Zerstampfen der Trauben standen.

Das rote Weinlaub wird medizinisch jedoch erst seit dem 17. Jahrhundert verwendet. Eingesetzt wurde es neben Umschlägen bei Kopfschmerzen und Frauenleiden.

Die ersten guten Erfolge bei schmerzhaften Venenentzündungen sind seit 1940 bekannt.

### Heil- und Wirkstoffe:

Die Heilwirkung des Weinlaubs ist adstringierend (zusammenziehend). Während die reifen Trauben eine blutbildend, stärkende, aufbauende und eine blutreinigende Heilwirkung haben.

Rotes Weinlaub enthält vier bis fünf Prozent Flavonoide, unter anderem die Substanzen Quercitrin und Rutin. Daneben finden sich Gerbstoffe wie Gallo catechin, Wein- und Apfelsäure, Mineralstoffe und Zucker.

Aus Laborversuchen wissen Forscher, dass sich rotes Weinlaub positiv auf die Venenfunktion auswirkt. Vor allem die Flavonoide, die zu den sekundären Pflanzenstoffen zählen, sind anscheinend für diesen Effekt verantwortlich. Sie weisen eine entzündungshemmende Wirkung auf, können Gefäßwände abdichten und verhindern, dass Wasser ins Gewebe eindringt.

So werden die ohnehin schon geschädigten Gefäße nicht auch noch durch entzündliche Prozesse geschädigt. Des Weiteren geht man davon aus, dass sich „oligomere Proanthocyanidine“ (*besser bekannt als OPC*) des roten Weinlaubs mit Enzymen verbinden, die bei Entzündungen freigesetzt werden. Durch diese Verbindung werden die Enzyme unschädlich gemacht und Entzündungssymptome verringert.

### Anwendung

Präparate aus rotem Weinlaub (*Vitis vinifera*) sind geeignete und anerkannte pflanzliche Arzneimittel zur Behandlung chronischer (langzeitiger) Veneninsuffizienz, die sich als Erkrankung mit geschwollenen Beinen, Krampfadern und Schweregefühl äußert. Typisch für das Krankheitsbild sind auch Schmerzen, Müdigkeit, Juckreiz, Verspannungen und Krämpfe in den Beinen. Die Weinrebenblattpräparate können zur Linderung von Unwohlsein und Schweregefühl in den Beinen – in Verbindung mit kleineren Durchblutungsstörungen der Venen – beitragen.

Bei Hämorrhoiden sollten vor der Einnahme oder der beabsichtigten Verwendung von Rote-Weinlaub-Extrakten zur Linderung von Juckreiz und Brennen bei Hämorrhoiden ein Arzt zur Abklärung der Ursachen konsultiert werden.

### Gesicherte Wirksamkeit:

- Venenschwäche (chronische venöse Insuffizienz, CVI; Stadium I und II)
- Vorbeugung von Venenschwäche, Ödemen und [Thrombosen](#)
- [Krampfadern](#) (innerlich, äußerlich)
- Kribbeln und Jucken der Beine
- Ödeme der Unterschenkel sowie dicke, schwere, müde Beine
- Schmerzen und Spannungsgefühl durch Ödeme in den Beinen

Eine Kombination aus Steinklee, Mädesüß, Mäusedorn, Rosskastanie und Rotem Weinlaub können schwere Beine auf Trab bringen (siehe entsprechende Kräuterbriefe).

## Teerezept:

Man übergießt ein Teelöffel fein geschnittenes rotes Weinlaub mit 200 ml siedendem Wasser. Der Sud sollte für 10 bis 15 Minuten ziehen und wird danach abgeseiht. Zwei bis dreimal sollte man täglich eine Tasse davon trinken. Die Blüten werden als Tee getrunken oder als Einreibung benutzt.

## Exkurs:

Unser Herz schlägt Tag für Tag etwa 100.000-mal. Dabei pumpt es das Blut selbst in die entlegensten Gebiete unseres Körpers. Am weitesten weg sind die Füße und die Beine (Waden). Damit das Blut aus den Beinen und aus anderen Bereichen des Körpers seinen Weg zurück zum Herzen transportiert werden kann, haben wir in unseren Venen Klappen. Diese Klappen öffnen sich in nur eine Richtung: zurück zum Herz. Diese Eigenschaft ist deshalb so wichtig, weil das Blut ansonsten in den Beinen „versickern“ könnte und sich so ein großer Druck z.B. auf die Waden ausbildet. Schwache und mangelhaft funktionierende (insuffiziente) Klappen können den Blutrückfluss in die Beine (also in die falsche Richtung) nicht mehr verhindern. Diese Erkrankung nennt man chronische Venenschwäche (chronisch venöse Insuffizienz auch CVI abgekürzt).

## Nebenwirkungen

Eine Selbstbehandlung mit Heilpflanzen wie rotem Weinlaub oder Rosskastanie sollte eine ärztlich verordnete Therapie begleiten – und nicht ersetzen. Ohnehin ist rotes Weinlaub nur bei gering ausgeprägter Venenschwäche geeignet. Ob Tabletten oder äußerliche Anwendung: Positive Auswirkungen zeigen sich häufig erst nach einigen Wochen der Anwendung. Darauf weisen die Hersteller in den Packungsbeilagen hin, nicht aber in der offensiven Werbung. In Schwangerschaft und Stillzeit sollte rotes Weinlaub vorsichtshalber nicht angewendet werden. Es ist nicht nachgewiesen, dass die Wirkstoffe das Kind nicht schädigen könnten. Bei der äußerlichen Anwendung kommt es zuweilen zu Juckreiz und Hautrötungen. Auf die Einnahme von rotem Weinlaub reagieren manchen Menschen mit Bauchschmerzen und Übelkeit.

*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:

<https://www.docjones.de/wirkstoffe/weinrebe/weinblaetter-extrakt>

<https://www.phytodoc.de/heilpflanzen/rotes-weinlaub>

<https://bachbluetenseite.wordpress.com/bachbluten-nr-31-38/bachblute-nr-32-vine-weinrebe/>

<https://www.apotheken-umschau.de/medikamente/heilpflanzen/rotes-weinlaub-rote-weinrebe-736321.html>

<https://www.heilmed-krankheit.de/weinrebe--rotes-weinlaub---heilpflanze.html>

<https://www.wiesenwohl.de/rote-weinrebe/>