

## Fünffingerkraut, Kriechendes *Potentilla reptans*

<b>Volksnamen:</b>	Fingerkraut, Anserine, Gänsefingerkraut, Gänsefüßblatt
<b>Pflanzenart – Höhe:</b>	Rosengewächs (Rosaceae), mehrjährig, 20 cm
<b>Boden &amp; Standort:</b>	leicht kalkhaltiger Boden, Sonne bis Halbschatten
<b>Aussaat:</b>	Herbst
<b>Vermehrung:</b>	durch Teilung der Pflanzen
<b>Blütezeit:</b>	Juli und August
<b>Sammelzeit:</b>	Wurzel im September/Oktober, Blätter von Frühling bis Sommer
<b>Verwendete Teile:</b>	Wurzeln und Blätter
<b>Inhaltsstoffe:</b>	Gerbstoffe, Tannine
<b>Eigenschaften:</b>	wundheilend, fiebersenkend, adstringierend

### Volks Glaube und Mythologie:

Fünffingerkraut galt als ein Schutzkraut, das böse Geister von Haus und Hof vertreiben sollte. Dieser Volksglaube beruht auf der angeblich ausgleichenden Wirkung der Salben. Es durfte in den Kräuterbüscheln, die man zum Verräuchern trocknete, auf keinen Fall fehlen.

### Sammeln in der Natur:

Wächst fast überall in Wiesen, in Gräben, auf Böschungen und bevorzugt auf nährstoffreichen Böden.

### Konservieren/Aufbewahren:

Die Wurzel unter fließendem Wasser bürsten, bis alle Erdteile weggeschwemmt sind. Dann abtrocknen und in der Sonne oder im Backrohr bei etwa 60 Grad dörren lassen. Die Blätter im Schatten luftig trocknen. Beides in Papiersäckchen oder Leinenbeuteln aufbewahren.

### unterstützende Edelsteine:

Petalit, Pyrit, Apophyllit, Perlmutter, Kupfer, Katzenauge, Aquamarin, Amazonit

### Homöopathie:

Potentilla reptans Urtinktur wird bei Magen-Darmproblemen gegeben.

### Hildegard:

Das Kraut ist gut gegen Fieber und Vergiftungen. Zerstoße das Fingerkraut und dann mische Semmelmehl mit Wasser, wie wenn du ein Törtchen machst. Dann gebe Baumöl oder Mohnöl dazu und knete einen Teig. Diesen Teig tue auf ein Stück Tuch, nachdem du es erwärmt hast. Umwinde damit den ganzen Bauch des Menschen, der Fieber hat. Wenn ein halber Tag vergangen ist, nimm das Tuch weg, wärme es abermals und lege es wieder auf und das Fieber wird weichen. Wer Gelbsucht hat, mache mit Fingerkraut, Semmelmehl und klarem Wasser ein Törtchen und esse davon nüchtern während neun Tagen. Wenn Gott es nicht verhindert, taugt das Kraut zum Heilmittel.

### Anwendungen:

Das Fünffingerkraut gehört zur selben Familie wie das Gänsefingerkraut und die Blutwurz und wird für dieselben Indikationen gebraucht (siehe auch dort). Die handförmig geteilten Blätter gaben dem Kräutlein den Namen. Der Wirkstoffgehalt hängt vom Standort ab, am wirkstoffreichsten sind die Pflanzen aus den Alpen. Schon der griechische Arzt Dioskurides behandelte mit der Wurzelabkochung von »Pentaphyllon« außer den Störungen im Verdauungstrakt vor allem Epilepsie, Entzündungen, Abszesse, Drüsenschwellung, Blutungen, Hauterkrankungen und Zahnschmerzen. Paracelsus nennt das Fünffingerkraut ein Zahnschmerzmittel, das die lockeren Zähne festigt. Die Volksheilkunde kennt Anwendungen des Wurzeltees und der Wurzelabkochung mit Honig bei Lungenleiden, den Tee aus dem Kraut wendet man vor allem bei Störungen im Magen-Darm-Bereich an. Das Fünffingerkraut reinigt das Blut und macht es dünnflüssiger, deshalb sind die innerlichen Anwendungen von Tee oder Tinktur als ein Mittel bei Krampfadern zu empfehlen.

### **Tee:**

2 gehäufte Teelöffeln des trockenen Krautes mit 1/4 l kochendem Wasser übergießen und 10 Minuten ziehen lassen. Man trinkt 2 bis 3 Tassen täglich über einen Zeitraum von 2 Wochen.

### **Wurzeltee:**

1 TL getrocknete Wurzel mit 1/4 l kaltem Wasser zustellen, aufkochen und etwa 5 Minuten ziehen lassen.

Im Kräuterbuch Tabernaemontanus wird die Pflanze als Krebsmittel beschrieben: „Das Kraut mitsamt der Wurzel gesotten und mit altem Schweineschmalz vermischt und erwärmt, kann wie ein Pflaster über einen Körperteil gelegt werden. Das heilet den Krebs und alle Wunden“. Tatsächlich haben Umschläge und Waschungen mit dem Absud Erfolge bei Pickeln, stark geröteter Haut und bei Hautschuppen. Kräuterpfarrer Künzle empfiehlt das Auflegen von zerquetschten, frischen Pflanzenteilen bei Hirn- und Hirnhautentzündung, weil dies die Kopfnerven stärkt. Trotzdem sollte man bei einer Krebserkrankung die Verwendung vorher mit dem Arzt abklären.

### **Frühjahrswein:**

Je einige Blättchen von Fünffingerkraut, Erdbeeren, Gänseblümchen, Himbeeren, Schafgarben und Veilchen mit 1/4 l gutem Weißwein übergießen und einige Stunden ausziehen lassen.

Dann abseihen und als stamperweise Medizin trinken.

Man kann dies im Frühling als Aufmunterer und Starter für den müden Kreislauf tun, aber auch während des Jahres, so lange man frische junge Blätter findet.

### **Fingerkrauttinktur:**

1 Hand voll getrocknete Wurzeln mit so viel hochprozentigem Alkohol übergießen, dass das Pflanzenmaterial vollständig bedeckt ist.

Der Alkohol soll etwa 1 Hand breit über den Wurzeln stehen.

14 Tage abgedeckt stehen lassen, täglich aufschütteln.

Durch einen Kaffeefilter gießen, dabei die vollgesogenen Wurzeln gut auspressen.

2 bis 3 EL frische oder getrocknete Fingerkraut-Blätter mit dem so gewonnenen Alkohol bedecken.

Nochmals 14 Tage ausziehen lassen. • Danach abseihen.

Bis 20 Tropfen bei allen Störungen des Verdauungstraktes einnehmen.

Immer daran denken: Hochklassige Kräuterprodukte sollten nicht mit Metall in Berührung kommen.

### **Ein altes Rezept für die Behandlung von Augenentzündungen lautet so:**

1/2 l Augentrosttee mit 1/2 l Fencheltee mischen. Dazu 20 g 'Kochsalz und 15 g Eisensulfat (Vitriol = giftig) aus der Apotheke geben.

Alles aufkochen und kurze Zeit köcheln lassen.

Durch ein Tuch seihen, damit sich keine Fremdkörper in der Flüssigkeit befinden.

Das Vitriol ist in derart geringer Menge enthalten, dass man keine Vergiftung befürchten muss.

Mit dieser Flüssigkeit Augenbäder nehmen.

Dies schmerzt am Anfang ein wenig, die Schmerzen sind aber sofort vorbei.

Das Rezept stammt aus dem ' Erfahrungsschatz des Mediziners Barbette.

Es soll sich nur daran versuchen, wer bereits Erfahrung mit Kräutern mitbringt.

### **Gesundheits-Dressing aus Kräutern:**

1 1/2 Tassen getrockneter Dost, 1 Tasse getrocknetes Basilikum, 1/2 Tasse getrockneter Dillsamen, 1/2 Tasse getrocknete Pfefferminzblätter, 1/2 Tasse Zwiebelpulver, 1 Esslöffel Salz, 1 Esslöffel gemahlener schwarzer Pfeffer und 2 Esslöffel Senfkörner werden gut vermischt und in einem gut verschlossenen Glas aufbewahrt.

Für die Herstellung des Kräuterdressings für einige Tage nimmt man 2 Esslöffel des Kräutergemischs und rührt es in

1 1/2 Tassen kaltgepresstes Speiseöl nach Geschmack und 1/2 Tasse Apfelessig ein.

Das Ganze muss etwa 1 Stunde ziehen und ist dann gebrauchsfertig.

Natürlich kann man bei Bedarf auch größere Mengen auf einmal herstellen, etwa den Vorrat für eine Woche.