

Wacholder (Gewöhnlicher -)

Juniperus communis

Synonym: Kranewitterstaude, Kranewitterbeeren, Machandelbeeren, Kaddigbeeren, Reckholderbeeren

Familie: Cupressaceae/Zypressengewächse

Verwendete Teile: Früchte, Holz (Stamm-, Ast-, Wurzel-)

- | | |
|---|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> Verdauungstrakt | <input type="checkbox"/> Haut |
| <input type="checkbox"/> Bewegungsapparat | <input type="checkbox"/> Nervensystem |
| <input type="checkbox"/> Atmungstrakt | <input type="checkbox"/> Kreislaufsystem |
| <input checked="" type="checkbox"/> Geschlechts- u. Harntrakt | <input type="checkbox"/> Immunsystem |

Beschreibung

Strauch oder kleiner Baum (bis zu 5 m hoch) mit dichten nadelförmigen Blättern, unscheinbaren Blüten und kleinen kugeligen, blauschwarzen Beerenzapfen. Zweihäusig: männliche und weibliche Blüten sind nie auf derselben Pflanze. Geruch und Geschmack sind würzig.

Wichtige Inhaltsstoffe

ätherisches Öl, Invertzucker, Catechingerbstoffe, Flavonoide

Vorkommen und Anbau

Die Heimat des Wacholders ist Nordasien und Nordamerika. In Mitteleuropa kommt die Pflanze stellenweise sehr häufig vor, z. B. auf Schafweiden, Heiden, steinigen Hängen, in Mooren und als Unterholz in lichten Wäldern. Wacholder verträgt fast alle Böden in der Sonne und im Halbschatten.

Ernte

Die Wacholderbeeren (eigentlich sind es Zapfen) werden im Oktober gesammelt indem man Tücher auf dem Boden ausbreitet und die Zweige abklopft. Die Reifedauer der Früchte am Strauch beträgt 2 bis 3 Jahre. Sie werden frisch für die Öldestillation verwendet oder an einem luftigen Ort getrocknet.

Nachgewiesene Wirkungen

- | | |
|--------------------|--------------------------------|
| ■ diuretisch | ■ expektorierend |
| ■ antiexsudativ | ■ bronchospasmolytisch |
| ■ antiviral | ■ Anregung der Darmperistaltik |
| ■ antidiabetisch | |
| ■ blutdrucksenkend | |

Wissenschaftlich belegte

Anwendungsempfehlungen

Aufgrund der wissenschaftlichen Ergebnisse kann eine unterstützende Verwendung bei dyspeptischen Beschwerden und zur Erhöhung der renalen Wasserausscheidung empfohlen werden.

Traditionelle Anwendung als Hausmittel

- | | |
|---|-----------------------------------|
| innerlich | ■ Bronchitis |
| ■ Appetitanregung | ■ Hustenreiz |
| ■ Verdauungsförderung | ■ Diabetes |
| ■ Magen-Darm-Krämpfe | ■ Maulgeruch |
| ■ Blähungen | ■ Arteriosklerose |
| ■ Steigerung der Milchleistung | ■ Würmer (Bandwürmer bei Lämmern) |
| ■ Harnblaseninfektionen und -entzündungen | äußerlich |
| ■ Ödeme | ■ Rheuma |

Anwendungsbeispiele

Innerlich werden Wacholderbeeren meist in Form von Aufgüssen oder Abkochungen (1 Teil Wacholderbeeren + 10 Teile Wasser) eingesetzt. Oft werden sie auch einfach zerdrückt direkt dem Futter beigegeben. Verwendet wird Wacholder bei Blähungen, Bronchitis, Harnblasenentzündungen und Milchmangel oder zur Diurese und Anregung der Fresslust.

Rinder erhalten 50-80 g Wacholderbeeren/Tag, Pferde 20-45 g, Schweine, Schafe und Ziegen 5-8 g, Hunde 1-2,5 g, Katzen 0,5-1,5 g, Hühner 0,2-0,4 g.

1 TL frisch gequetschter Wacholderbeeren entspricht etwa 3 g

Äußerlich wurden Wacholderbeeren und Wacholderöl als Reizmittel bei Rheumatismus verwendet.

Wacholderteer wurde zur Behandlung von Wunden, Ekzemen, Räude, Hautpilzen und Ektoparasiten verwendet.

Noch grüne Beeren wurden zerstoßen, mit Butter zu einer Salbe vermischt und gegen Krätze, Hautpilze, Hautausschläge und Geschwülste eingesetzt. Wacholderöl mit Schweinefett vermischt diente demselben Zweck.

Wacholderzweige und Beeren wurden auch zum Ausräuchern von Ställen verwendet (vorbeugend mehrmals tägl. bei Viehseuchen in der Umgebung).

Wacholderöl wurde zur Inhalation v. a. bei feuchter Bronchitis verwendet.



Anwendungsbeschränkung

Nicht bei entzündlichen Nierenerkrankungen und trächtigen Tieren verwenden.

Wacholder nicht überdosieren und maximal 6 Wochen anwenden, da es sonst zu Nierenschäden, Magenschmerzen, Erbrechen oder gesteigerter Harnausscheidung kommen kann.

Wissenswertes

„Gin“ ist eine Spirituose, bei der Wacholderbeeren und andere Gewürze in Alkohol angesetzt werden. Diese Mischung wird destilliert, das ätherische Öl des Wacholders tritt in den Alkohol über und verleiht dem Gin den typischen Geschmack.