

Das Schöllkraut

02.03.2025



Das Schöllkraut

Das Kraut stammt ursprünglich sowohl aus Mitteleuropa als auch aus Asien. Heute findet man Schöllkraut in ganz Europa. Siedler brachten es auch nach Nordamerika. Heute findet Schöllkraut Verwendung als anerkannte Heilpflanze zur Linderung bei krampfartigen Beschwerden im Magen-Darm-Trakt. Wegen der spasmolytischen und anregenden Wirkungen der Schöllkraut-Inhaltsstoffe wurden Zubereitungen aus der Krautdroge innerlich bei krampfartigen Beschwerden im Magen-Darm-Trakt und im Bereich der Gallenwege eingesetzt. Das Schöllkraut kann die Beweglichkeit (Motilität) des Magens steigern und so die Verdauung in Schwung bringen. Gleichzeitig haben die enthaltenen Inhaltsstoffe (Bitterstoffe, Alkaloide und Flavonoide) eine beruhigende, krampflösende und galletreibende Wirkung auf den Verdauungstrakt. Des Weiteren können die in Schöllkraut enthaltenen Antioxidantien dazu beitragen, unsere Zellen gesund zu halten, indem sie freie Radikale abfangen. Neben den vor allem im Magen-Antrum Bereich ausgeprägten motilitätsfördernden Eigenschaften, ist für Schöllkraut auch eine entzündungshemmende Wirkung in Iberogast® Classic

gezeigt worden, welche dazu beiträgt, den Magen-Darm-Trakt zu beruhigen. Zudem trägt es dazu bei, die Produktion der Magensäure zu regulieren.

Das Schöllkraut gehört zur Familie der Mohngewächse. Die in der Medizin verwendete Art ist das Große Schöllkraut, *Chelidonium majus*. Es werden dabei die oberirdischen Pflanzenteile (*Chelidonii herba*) genutzt. Die Heilkraft des Schöllkrauts ist bereits seit der Antike bekannt. In der westlichen Volksmedizin wurde der intensiv orange gefärbte Schöllkrautsaft auf die Augenlider gestrichen, um die Sehkraft zu erhalten; auch diente er als Mittel zur Bekämpfung von Warzen. Zur Verbesserung der Durchblutung kam die Pflanze hingegen bei der traditionellen chinesischen Medizin zum Einsatz.

Das Laub des Schöllkrauts steht wechselständig und ist am Rand eingekerbt, ähnlich wie bei Eichenlaub. Die Blätter sind 10 bis 25 Zentimeter lang. Die Blattspreite hat eine grau-grüne Farbe (heller an der Blattunterseite) und ist mit einem Wachsfilm überzogen, von dem Regenwasser abperlt. Bei Blatt- oder Stängelverletzungen tritt stark färbender orangegelber, alkaloidhaltiger Milchsaft aus, der giftig ist.

Von Mai bis in den Herbst hinein zeigen sich die leuchtend gelben Blüten des Schöllkrauts. Sie haben einen Durchmesser von 2 bis 2,5 Zentimeter. Das Besondere: Die Blüten besitzen nur vier Blütenblätter. Der Zeitraum der Hauptblüte erstreckt sich von Mai bis Juni, mit Nachblüte im September. Die Bestäubung erfolgt durch Insekten.

In den schotenförmigen bis zu fünf Zentimeter langen Früchten finden sich die schwarzen, nur knapp einen Millimeter kleinen und glänzenden Samen. Angelockt durch einen angehängten Öltropfen (Elaiosom) werden diese gerne von Ameisen eingesammelt und im Garten verteilt.

Beliebte Standorte der Ruderalpflanze sind entlang von Wegrändern und Hecken. Aber auch auf Schuttplätzen, in Wäldern mit humusreichen Böden, an Ufern und Gebüsch findet man sie oft. Schöllkraut mag mittelfeuchte Standorte und gilt als Stickstoffanzeiger – das heißt: Wo es wächst, ist das Erdreich nährstoffreich.

Die zur Familie der Mohngewächse gehörende Staude ist sehr anspruchslos und gedeiht in sandigen, kargen Böden, die jedoch gut durchlässig sein sollten. Für die Kultivierung im Topf eignet sich mit Sand vermischte handelsübliche Blumenerde.

Für viele Insekten ist Schöllkraut eine willkommene Pflanze – vor allem Bienen und Hummeln bestäuben das Mohngewächs. Als heimische Wildpflanze ist Schöllkraut daher als Bienenweide zu empfehlen. Darüber hinaus verspeisen Ameisen gerne die angehängten Öltropfen der Samen. Dazu verschleppen sie die Samen bis zum Ameisenbau. Die Überbleibsel verteilen sie schließlich in der Natur und tragen somit zur Verbreitung der Pflanzen bei.

Im Garten tritt das Schöllkraut wild wachsend gerne an halbschattigen Stellen vor Mauern und Zäunen auf. Pflanzte man es selbst, kann man es auch an einen absonnigen Platz ohne pralle Mittagssonne setzen.

Als Heilpflanze hat das Schöllkraut eine lange Tradition. Bereits im Altertum und im Mittelalter war die Pflanze zur Kur vielfältiger Leiden beliebt. Heute findet Schöllkraut noch immer Anwendung bei Hauterkrankungen wie Warzen, Hühneraugen und Flechten. Die Wirkung gegen Warzen ist allerdings nur für Alters- und Dellwarzen medizinisch belegt. Der ätzende gelbe Milchsaft wirkt stark reizend auf die Haut und unangenehm färbend auf Textilien. Er hinterlässt nämlich gelbe Flecken. Beim Einsatz gegen Warzen sollten Saft, Salbe oder Tinktur deshalb

punktgenau aufgetragen werden. Darüber finden Schöllkrautprodukte zur unterstützenden Behandlung bei Verdauungsproblemen, Rheuma und verschiedenen Augenleiden Anwendung. Die hoch dosierten und vielfältigen Alkaloide des Schöllkrauts wirken entkrampfend, antiviral und antibakteriell sowie gegen Pilze. Schöllkraut wirkt auch schwach gegen Influenza-Viren.

Die Wirkstoffe des Schöllkrauts konzentrieren sich im Herbst in der Wurzel. Zu diesem Zeitpunkt ist sie hochgiftig. Sowohl der Saft als auch die Auszüge aus der Wurzel sollten deshalb nicht in größeren Mengen eingenommen werden. Durch die schlechte Dosierbarkeit der medizinisch wirksamen Stoffe und der damit einhergehenden Vergiftungsgefahr empfiehlt es sich, Schöllkrautprodukte nicht selbst herzustellen, sondern aus der Apotheke zu beziehen. Achtung: Innerlich angewendet, besteht bei zu hoher Dosierung eine akute Gefahr von starken Leberschäden!

Zur Ernte eignen sich im Grunde alle Pflanzenteile des Schöllkrauts. Sammeln können Sie sie während der gesamten Blütezeit. Lassen Sie sowohl die Blüten als auch das Kraut selbst zur Konservierung an einem schattigen, aber gut belüfteten Ort langsam trocknen. Anschließend kann man das Kraut als Tee zubereiten. Auch die Wurzel des Schöllkrauts kann ausgegraben und getrocknet werden. In ihr ist die Wirkstoffkonzentration aber höher, weswegen sie sehr achtsam zu dosieren ist.

Schöllkraut taucht in der Regel von selbst im Garten auf und etabliert sich zügig. Wer die Heilpflanze gezielt setzen möchte, kann entweder die Samen ab März direkt ins Freiland aussäen oder Jungpflanzen in Tuffs mit einem Abstand von 30 Zentimetern einsetzen. Bei der Aussaat sollten die Samen nur leicht eingeharkt oder mit einer dünnen Schicht Erde bestreut werden, da die Samen Lichtkeimer sind.

Was die Pflege betrifft, stellt das gut winterharte Schöllkraut keinerlei Ansprüche. Eine monatliche Gabe von Flüssigdünger hält die Pflanze vital. Im Topf muss das Schöllkraut regelmäßig gegossen werden. Wer Selbstaussaat verhindern will, sollte die Schoten vor der Reife abschneiden. Im Kräuterbeet kann es sinnvoll sein, das Schöllkraut bei der Pflanzung mit einer Rhizomsperre zu versehen. Achtung: Wie bereits erwähnt, ist der Saft, der bei Blattverletzungen austritt, stark färbend und ätzend! Tragen Sie deshalb bei der Schöllkraut-Pflege immer Handschuhe!

Schöllkraut hat normalerweise keine Probleme mit Pflanzenkrankheiten oder Schädlingen.