

# HAUHECHELKRAUT

## ONONIS (88 ARTEN)

### So wirkt:

- wirksame Inhaltsstoffe: Flavonoide wirken antioxidativ und entzündungshemmend. Saponine fördern die Schleimproduktion. Alkaloide wirken schmerzlindernd. Gerbstoffe wirken gewebestraffend und werden bei der Behandlung von Durchfall eingesetzt.
- Verwendung des getrockneten und geschnittenen Wurzelstocks
- bei Infektionen der Harnwege und Nieren (teils auch bei Gicht und Rheuma)
- harntreibend, entwässernd
- Bestandteil von Blasen- & Nierentees

### So erkennen:

- Einjährige, krautige Pflanze - teils verholzter Zwergstrauch
- rosa-rote Einzelblüten (teilw. drei Blüten in den Blattachseln)
- Dornen in den Blattachseln
- 40-50 cm Wuchshöhe

### Hier sammeln:

- Blütezeit: Juli-Oktober
- Kalkhaltige, stickstoffarme Böden
- Wegränder, Ödland, Bahndämme, Weiden, Trockenrasen
- Leben im Symbiose mit stickstofffixierenden Bakterien (Mykorrhiza)

