

## Die Hauswurz in der Volksheilkunde

*Sempervivum* - Crassulaceae

**"Wer edle Hauswurz hält in Ehren, der kann wohl manchem Übel wehren!"**  
(Alräunchen's Kräuterbuch, 1883)

Die Hauswurz gehört zu den ältesten „Erste Hilfe-Kräutern“, und ihre Anwendung in der Volksheilkunde war seit jeher vielseitig. Hildegard von Bingen, Paracelsus, Pfarrer Sebastian Kneipp u.v.m. schätzten die Hauswurz als Heilpflanze.

### Äußerliche Anwendungen:

Die Blätter wirken kühlend und werden mit der Schnittkante oder zu Brei zerquetscht äußerlich zur Linderung von Insektenstichen, Verbrennungen, Prellungen, bei Geschwüren, schlecht heilenden Wunden, Warzen, Hühneraugen und gegen Ohrenschmerzen angewendet. Auf die Haut getupft soll sie Sommersprossen entfernen.

Man gebrauchte den Saft der Hauswurz gegen aufgesprungene Lippen, gegen "Scherzen und Schrunden"; daher stammt der Name "Scherzenkraut".

Nach alten Überlieferungen legte sich die steierische Bäuerin Hauswurz-Brei auf die Stirne, wenn sie Kopfwiege hatte.

Früher waren vor allem im Alpenraum Hauswurz-Salben sehr beliebt. Diese wurden auch in der Tierheilkunde eingesetzt.

### Innerliche Anwendungen:

Die Hauswurz wird innerlich nur selten angewendet. Lässt man ein Blatt längere Zeit in einem Glas kaltem Wasser ziehen, so erhält man ein angenehmes kühlendes Getränk, das bei Fieberkrankheiten und Verschleimungen der Atmungsorgane eingesetzt wird. Pfarrer Kneipp riet, den harntreibenden und krampfstillenden Tee bei Magengeschwüren, Übelkeit, bei

septischer Angina und zur Blutreinigung einzunehmen. Er warnte aber auch davor, dass eine Überdosierung Erbrechen und Durchfall verursachen kann.

### Inhaltsstoffe:

Bisher sind folgende Wirkstoffe nachgewiesen: Gerbstoffe, Schleimstoffe, Bitterstoffe, Harze, Kalziummalat, Ameisen- und Apfelsäure und Vitamin C.



Dach-Hauswurz *Sempervivum tectorum*

B. Fuchshuber 2009

**LITERATUR:** [semper-vivum.de](http://semper-vivum.de), [semperhorst.de](http://semperhorst.de), [sempervivum.info](http://sempervivum.info), [stalikez.info](http://stalikez.info), [sempervivum.be](http://sempervivum.be), [wikipedia.org](http://wikipedia.org)

**ABBILDUNG:** [wikipedia.org](http://wikipedia.org)