



Alant, Echter Alant, Helenenkraut, Altkraut,
Edelwurz, Schlangenkraut usw.

Inula helenium

Familie: Korbblütler Asteraceae



Vorkommen: Die Heimat des Alants ist das südliche Europa, bei uns braucht er gärtnerische Pflege.

Standort und Pflege: Bevorzugt leicht, feuchte und halbschattige Standorte.

Botanik: Der Alant hat einen aufrechten Wuchs, dicke Stengeln und wird bis 150 cm hoch. Juli und August blüht er mit zahlreichen, grossen, gelben Blütenköpfe.

Pfarrer Künzle: Die dicke Alantwurzel und die Blüten haben schleimlösende Kraft. Sie werden daher mit Erfolg zu Teebereitung, sei es frisch oder in Pulverform, angewendet bei Katarrh und Lungenverschleimung.

Heilkräuter von Mességué: Der Alant ist eine der ältesten Heilpflanzen und ist ein vorzügliches Stärkungs- und Anregungsmittel für alle Schleimhäute. Ich glaube, dass er den Grossteil der Erkrankungen des Atmungsapparates heilen kann: Angina, Bronchitis, Husten, Asthma, Keuchhusten, Lungenentzündung und Rippenfellentzündung. Die Pflanze ist Harntreibend gegen Nierenträgheit, Gicht, Rheuma usw. zu empfehlen, sie ist Schweisstreibend antiseptisch und sie reinigt das Blut. Besonders wirksam ist sie bei der Behandlung von Hautkrankheiten und von Infektionskrankheiten. Ausserdem ist sie appetitanregend.

Hildegard von Bingen: Hildegard benutzte sie vor allem gegen Verschleimung der Atmungsorgane, Husten und Bronchitis. Indikationen, die auch noch heute im Vordergrund der arzneilichen Verwendung in der Volksmedizin und Homöopathie stehen und aufgrund der Kenntnis der Inhaltsstoffe sinnvoll erscheinen. Die Wirkung des Alants gegenüber Magen. Und Darmbeschwerden dürfte auf dem Gehalt an Bitterstoffen beruhen.