

Eibischwurzel (*Althaea radix*)

Auf einen Blick

- Wirkung bei Irritationen der Mund- und Rachenschleimhaut
- Wirkt: reizlindernd, hemmend auf Hustenreiz, schleimhautschützend
- Kann eingesetzt werden: bei Schleimhautreizungen im Mund und Rachen, gegen trockenen Reizhusten, bei leichten Magenschleimhautentzündungen



Anwendung:

Man lege die Eibischwurzel über Nacht in ein Glas. Mit 1 EL kaltem Wasser übergossen und ziehen lassen.

Tags darauf stündlich 1 KL Flüssigkeit ohne Wurzelmaterial in den Mund nehmen und schlucken.

Inhaltstoffe der Eibischwurzel

Die Natur hat eine ganze Reihe schleimstoffhaltiger Heilpflanzen hervorgebracht, dazu zählen die [Malve](#), [Isländisch Moos](#) und auch [die Linde mit ihren hilfreichen Blüten](#). Der Gehalt an diesen reizlindernden Substanzen, den sogenannten Polysacchariden, ist in der Eibischwurzel jedoch mit einem Anteil zwischen 10 und 20% extrem hoch und dadurch besonders wirksam. Schleimstoffe verfügen über einen einhüllenden, schützenden Charakter. Sie legen sich schützend über gereizte und entzündete Schleimhäute und fördern so den Heilungsprozess.

Wirksame Wurzel bei gereizten Schleimhäuten

Die Eibischwurzel ist reich an Schleimstoffen, die sich wie ein Schutzfilm über wunde Haut legen: Das lindert Hustenreiz und fördert die Wundheilung. Bei der Eibischwurzel handelt es sich um die zerkleinerten, geschälten bzw. ungeschälten und getrockneten unterirdischen Bestandteile des Eibisch. Die Eibischwurzel ist reich an Schleimstoffen, die sich wie ein Schutzfilm über wunde Hautstellen legen. Sie ist mit ihren reizlindernden Eigenschaften daher ein wirksames pflanzliches Arzneimittel, wenn es um die Behandlung von Schleimhautirritationen geht. Hierzu zählen sowohl Beschwerden im Mund- und Rachenbereich (u.a. [Mundschleimhautentzündung](#), [Stomatitis](#); [Zahnfleischentzündung](#); [Halsschmerzen](#)) als auch trockener Reizhusten sowie [Entzündungen der Magenschleimhaut](#).

In der Volksmedizin wird die Eibischwurzel auch bei Durchfall eingesetzt sowie äusserlich bei Insektenstichen und Geschwüren.

Einhüllend bei Entzündungen

Entzündungen im Mund- und Rachenraum ([Mundschleimhautentzündung](#), [Stomatitis](#); [Zahnfleischentzündung](#); [Halsschmerzen](#)) sind schmerzhaft. Oftmals liegt den Beschwerden ein Virusinfekt, etwa eine [Erkältung](#) oder Grippe zugrunde. Aber auch Magenprobleme, wie saures Aufstossen, können zu den Beschwerden führen. Zwar können Eibischwurzeln die Ursache einer Erkältung nicht beheben, wohl aber eine entzündete Magenschleimhaut zurück ins Gleichgewicht bringen. Schnelle Hilfe bietet der Wirkstoff vor allem bei akuten Schleimhautreizungen im Mund und Rachen – dafür ist ihr enorm hoher Anteil an Schleimstoffen zuständig.

Diese Schleimstoffe legen sich bei innerer Anwendung, etwa beim Gurgeln oder Spülen, schützend über die geschädigten Schleimhäute und bilden dadurch eine Barriere gegenüber äusseren Reizen – auch saures Aufstossen. Das darunter liegende Gewebe ist abgeschirmt und erhält somit Zeit für ihre notwendige Selbstheilung.