

Rosmarin - mehr als ein mediterranes Küchenkraut |

Der Rosmarin (*Rosmarinus officinalis*) wird bei uns als Gartenstrauch oder als Zimmerpflanze in Töpfen gezogen, in wildem Zustand wächst er in den südlichen Ländern Europas auf trockenen und steinigen Hügeln der Provence , besonders reichlich kommt er an den Meeresküsten vor ; übrigens bedeutet sein ursprünglicher Name „*Ros Marinus*“ - Meerestau .

Die ganze Pflanze strömt einen an dem Kampfer erinnernden, sehr starken und sehr angenehmen aromatischen Geruch aus. Der Honig von Narbonne verdankt dem Rosmarin seinen aromatischen Geruch. Die zahlreichen Stängeläste werden über einen Meter hoch. Die fast Tannennadel schmalen, lederartigen Blätter sind oben grün, auf der Unterseite weißfilzig. Die kleinen Blüten sind schön blassblau; sie blühen im Mai und Juni.

Der Rosmarin verdankt dem Öl, das in sehr starken Mengen in seinen Blättern und Blüten vorkommt, seine stark stimulierenden, magenstärkenden und regel-mildernden Eigenschaften. Rosmarinöl ist ein wirksames Einreibungsmittel bei Gicht und gelähmten Gliedern. Es wird folgendermaßen zubereitet: Man legt Rosmarinzweige in gutes Speiseöl und lässt sie darin etwa acht Tage ziehen; hernach wird abgefiltert.

Wo die Luft im Krankenzimmer durch Ausdünstungen stickig und verdorben wird, reinige man sie durch Rosmarindämpfe. Zu dem Zwecke verbrennt man Rosmarinzweige langsam und auf glühenden Kohlen.

Rosmarin enthält den Rosmarinkampfer, der anregend auf Nerven und Kreislauf wirkt. Dadurch hat der Rosmarin neuerdings vermehrte Anwendung bei Kreislaufschwäche und bei niedrigem Blutdruck gefunden, gleicherweise innerlich als auch als tonisierende Rosmarinbäder. Der Rosmarinspirituss gilt als gutes Einreibungsmittel bei Neuralgien und bei rheumatischen Beschwerden.

Hauptwirkstoffe sind enthalten in den getrockneten Blättern und im ätherischen Öl, anzuwenden bei Blähungen, Anregungsmittel für Nerven und Kreislauf, äußerlich als Hautreizmittel. In Deutschland benutzt man bei den Hochzeiten Rosmarinzweige als Sinnbilder des Glücks und des Wohlergehens.

Quelle: Das große Kräuterheilbuch v. Pfarrer Künzle, Die Heilpflanzen von Camille Droz, Heilkräuter Rezepte von Dr. Dr. med. Fritz Geiger