

Kletten-Labkraut

Galium aparine

Rubiaceae · Galium · Gentianales · Magnoliopsida

ÜBER DIE PFLANZE

Einjähriges Kraut mit vierkantigem, niederliegend-kletterndem Stengel und quirlständigen Blättern. Stengel, Blätter und Früchte tragen rückwärts gerichtete Klettborsten, mit denen die Pflanze an Nachbarpflanzen und an Kleidung haftet — daher die deutschen Namen Klebkraut und Klebriges Labkraut. Blütezeit Mai bis Oktober, Blüten klein und weisslich.

WIRKUNG

Traditionell als harntreibendes und blutreinigendes Mittel verwendet sowie zur Anregung des Lymphflusses; äusserlich in der Volksmedizin bei Hauterkrankungen und zur Wundbehandlung.

ANWENDUNG

Als Teeaufguss des blühenden Krautes bei Beschwerden von Nieren und Leber sowie bei Harnwegsinfekten; äusserlich als Auflage bei Hautleiden und Wunden. Trägt eine Monographie in der British Herbal Pharmacopoeia.

VOLKSMEDIZIN IM DEUTSCHSPRACHIGEN RAUM

Innerlich: trinkt man das Klettenlabkraut als Tee.

ÜBERLIEFERTE HEILWIRKUNGEN

- harntreibend

ÜBERLIEFERTES WISSEN

- Verwendung als Futterpflanze für Insekten.
- Historische Nutzung zur Milchcurfugung in Käseherstellung.

ERKENNUNGSMERKMALE

Borsten an Stängel und Blättern für Klimmen, Teilfrüchte dicht mit borstigen Haken besetzt.

WUCHS

kletternd

BLÜTEZEIT

- Mai bis September

STANDORT

Wälder, Wiesen

HERKUNFT

Europa, Asien, Nordamerika

VERWENDETE PFLANZENTEILE

- Kraut (blühend)

ZUBEREITUNG

- Tee
- Umschlag
- Wash

ERNTENZEIT

- Teil: Blatt|Wurzel · Monate: [4, 5] · Hinweis: Frühlingsliche Klima- und Wetterbedingungen bevorzugen
- Bedingungen: junge, noch weiche Triebe vor der Entwicklung des rauen Texturs
- Teil: Samen · Monate: [6, 7, 8] · Bedingungen: reife Samen vor der Verbreitung

SAMMELN

Pflanzenteile: Blühendes Kraut

INHALTSSTOFFE

- Iridoide (Asperulosidsäure, 10-Deacetylasperulosidsäure)
- Flavonoide (Quercetin, Rutin, Kaempferol)
- Phenolcarbonsäuren und Hydroxyzimtsäuren
- Gerbstoffe
- Anthrachinone
- Saponine
- Salicin
- Triterpene und Sterole

ÄTHERISCHE ÖLE

- asperuloside
- asperuloside
- (1s,4as,5s,7as)-7-[(acetyloxy)methyl]-5-hydroxy-1-[[3,4,5-trihydroxy-6-(hydroxymethyl)oxan-2-yl]oxy]-1h,4ah,5h,7ah-cyclopenta[c]pyran-4-carboxylic acid
- deacetylasperulosidic acid
- (1s,4as,5s,7as)-7-[(acetyloxy)methyl]-5-hydroxy-1-[[2s,3r,4s,5s,6r)-3,4,5-trihydroxy-6-(hydroxymethyl)oxan-2-yl]oxy]-1h,4ah,5h,7ah-cyclopenta[c]pyran-4-carboxylic acid

SICHERHEIT UND WECHSELWIRKUNGEN

GIFTIGKEIT

schwach

GIFTIGE TEILE

- Stängel
- Blätter

GIFTIG FÜR

- Menschen mit empfindlicher Haut

VERGIFTUNGSZEICHEN

Hautirritation, Kontaktdermatitis

NEBENWIRKUNGEN

- Seltene Nebenwirkungen wie Magen-Darm-Beschwerden, Allergien.
- Kontakt kann zu Hautirritation führen.

GEGENANZEIGEN

- Schwangere und Menschen mit Leber- oder Nierenerkrankungen sollten vorsichtig sein.

WECHSELWIRKUNGEN

- Typ: NIE kombinieren · Hinweis: Kletten-Labkraut und Waldmeister sollten niemals kombiniert werden. · Pflanze latein: Galium aparine · Pflanze deutsch: Kletten-Labkraut
- Typ: traditionelle_kombination · Hinweis: Kletten-Labkraut kombiniert gut mit Brennnessel, Mariendistel und Löwenzahn zur Unterstützung der Leberfunktion und Entgiftung. · Pflanze latein: Galium aparine · Pflanze deutsch: Kletten-Labkraut

QUELLEN

- Typ: wikipedia_de · Url: <https://de.wikipedia.org/wiki/Kletten-Labkraut> · Titel: Kletten-Labkraut

- Typ: wikipedia_en · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Galium_aparine · Titel: Galium aparine
- Typ: wikipedia_en · Url: [https://en.wikipedia.org/wiki/Cleaver_\(disambiguation\)](https://en.wikipedia.org/wiki/Cleaver_(disambiguation)) · Titel: Cleaver (disambiguation)
- Typ: pfaf · Url: <https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Galium+aparine> · Titel: PFAF — Galium aparine
- Typ: web · Url: <https://en.wikipedia.org/wiki/Galium> · Titel: Galium-Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://de.wikipedia.org/wiki/Kletten-Labkraut> · Titel: Kletten-Labkraut- Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://de.wikipedia.org/wiki/Kletten-Labkraut> · Titel: Kletten-Labkraut- Wikipedia
- Typ: web · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Galium_aparine · Titel: Galiumaparine- Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Galium+aparine> · Titel: GaliumaparineGoosegrass, Coachweed, Catchweed, Stickywilly...
- Typ: web · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Galium_aparine · Titel: Galiumaparine- Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Galium+aparine> · Titel: GaliumaparineGoosegrass, Coachweed, Catchweed, Stickywilly...
- Typ: web · Url: <https://de.wikipedia.org/wiki/Kletten-Labkraut> · Titel: Kletten-Labkraut- Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://de.wikipedia.org/wiki/Kletten-Labkraut> · Titel: Kletten-Labkraut- Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://minnesotawildflowers.info/flower/fragrant-bedstraw> · Titel: Galium triflorum (Fragrant Bedstraw): Minnesota Wildflowers
- Typ: web · Url: <https://www.das-tee-magazin.de/labkrauttee/> · Titel: Labkrauttee: Anwendung, Inhalt, Zubereitung - Aufguss
- Typ: web · Url: <https://www.edel-kraut.de/bio-klettenlabkraut-echtes-labkraut> · Titel: BIO Klettenlabkraut - Echtes Labkraut kaufen | Kräutertee | EDEL KRAUT
- Typ: web · Url: <https://houlihealth.de/2024/07/11/die-heilkraft-der-klettenlabkraut-entdeckung-verwendung-und-wirkung/> · Titel: Klettenlabkraut: Heilpflanze, Anwendungen und Dosierung
- Typ: web · Url: <https://www.herboristerieduvalmont.com/de/urtinkturen-frischpflanzenextrakte/1735-bio-klettenlabkraut-urtinktur-galium-verum-50-ml-ladrome-3486330011850.html> · Titel: BioKlettenlabkrautUrtinktur -Galiumverum - 50 ml 6,50 € - Ladrôme
- Typ: web · Url: https://www.pflanzen-deutschland.de/Galium_aparine.html · Titel: Gewöhnliches Kletten-Labkraut· Pflanzen in Deutschland
- Typ: web · Url: <https://www.smarticular.net/labkraut-arten-erkennen-verwenden/> · Titel: Labkraut- vielfältig nutzbar in Küche und Hausapotheke – smarticular...
- Typ: web · Url: <https://www.kostbarenatur.net/anwendungen-und-inhaltsstoffe/klettenlabkraut/> · Titel: Klettenlabkraut- Kostbare Natur
- Typ: web · Url: <https://www.naturallifeapp.com/en/galium-aparine-properties-contraindications-and-how-to-use-it-1742638142343> · Titel: Galium aparine, properties, contraindications and how to use it
- Typ: web · Url: <https://perfectherbs.ca/wp-content/uploads/2025/08/Galium-aparine-Monograph.pdf> · Titel: Galium aparine Monograph - perfectherbs.ca
- Typ: web · Url: <https://youarethehealer.org/herbal-medicine/herbs-a-z/listed-by-common-name/cleavers-galium-aparine/> · Titel: Cleavers Galium Aparine - You Are The Healer
- Typ: web · Url: https://www.researchgate.net/publication/324520700_CHEMICAL_CONSTITUENTS_AND_MEDICAL_IMPORTANCE_OF_GALIAM_APARINE-A_REVIEW · Titel: (PDF) chemical constituents and medical importance ofgalium...
- Typ: web · Url: https://utopia.de/ratgeber/labkraut-wirkung-und-anwendung-der-essbaren-teile_166606/ · Titel: Labkraut: Wirkung und Anwendung der essbaren Teile - Utopia.de
- Typ: web · Url: <https://www.kletten-labkraut.de/> · Titel: kletten-labkraut.de - Botanik, Garten, Kräuter,

Ökologie, Samen...

- Typ: web · Url: https://utopia.de/ratgeber/labkraut-wirkung-und-anwendung-der-essbaren-teile_166606/ · Titel: Labkraut: Wirkung und Anwendung der essbaren Teile - Utopia.de
- Typ: web · Url: https://www.pflanzen-deutschland.de/Galium_aparine.html · Titel: Gewöhnliches Kletten-Labkraut · Pflanzen in Deutschland
- Typ: lotus · Url: <https://lotus.naturalproducts.net/search/simple/Galium%20aparine> · Titel: LOTUS — Galium aparine