

Die Brennessel – längst kein lästiges Unkraut

Hippokrates erwähnte den Heilwert der Pflanze und die heilige Hildegard verordnete sie regelmäßig bei vielen Krankheiten.

Die Brennesselpeitsche

Im den arabischen Ländern wird die Brennesselpeitsche heute noch gegen viele Leiden, hauptsächlich aber gegen Rheumatismus, angewendet.

Das in den Brennesselhaaren enthaltene Nesselgift tritt in die Haut ein und ruft ein stundenlang anhaltendes Wärmegefühl hervor.

Wirksam soll ihr Einsatz auch bei Hexenschuß und Ichtiasbeschwerden sein.

Bei dieser Therapie ist ein bestimmter Behandlungsablauf zu beachten und der Körper darf nicht mit kaltem Wasser in Berührung kommen, da sonst das Wärmegefühl verschwindet und statt dessen ein lästiges Brennen einsetzt.

Eine wichtige Heilpflanze

Die Pflanze wirkt wegen ihren hohen Mineraliengehalt **regenerierend und körperstärkend**, weshalb sie gerne bei Frühjahrskuren eingesetzt wird. Weitere Inhaltsstoffe sind u.a. Enzyme, Chlorophyll, Vitamin C, und Ameisensäure.

Der **hohe Eisengehalt** fördert die Bildung von roten Blutkörperchen, die wiederum für eine ausreichende Sauerstoffzufuhr zu den Geweben sorgen.

Einen **günstigen Einfluß** auf den Magen, Darm, Leber und Gallenblase geben die Reizstoffe.

Die Brennesselkur wird mit Tee oder ausgepressten Pflanzensaft durchgeführt. Aus jungen Brennesseln kann auch ein Salat zubereitet werden.

Brennesseltee bewirkt eine **Verstärkung der Ausscheidung von Harnsäure** über die Nieren und ermöglicht eine Ausschwemmung der Harnsäure aus dem Gewebe.

Als Arzneimittelpflanze wird sie gern bei Rheuma und Gicht eingesetzt.

**Ein wichtiger Hinweis zum Inhaltsstoff Histamin.
Dieser Stoff sollte bei allergischen Dispositionen gemieden werden.**

Bei Erkältungskrankheiten baut sie die lästigen Verschleimungen ab und befreit die Atemwege.

Ein Haarwasser aus Brennesselwurzel gilt als wirksames Mittel bei Haarausfall.



Möchten Sie eine Brennesselkur zur Selbstmedikation einsetzen, fragen Sie unterstützend Ihren Apotheker, Heilpraktiker oder Arzt.