



Brennesselblatt

Drogenbezeichnung:

Urticae folium (syn. Urticae herba)

Volkstüml. Namen:

Nessel, Donnernessel, Hanfnessel, Saunessel

Stammpflanze:

Urtica dioica L.

Urtica urens L.

Botan. Pflanzenfamilie:

Brennesselgewächse - Urticaceae

Verwend. Pflanzenteile:

Blätter, Wurzel, Samen

Herkunftsländer:

in den gemäßigten Regionen aller Erdteile

Inhaltsstoffe:

Flavonoide, Carotinoide, Vitamine, Mineralsalze, Nesselgiftstoff, Histamin, Ameisen- u. Essigsäure

Anwendungsbereiche:

innerlich: harntreibende, ausschwemmende Wirkung zur Vorbeugung und Behandlung von Nierengriß und bei Entzündungen der ableitenden Harnwege; volksmedizinisch auch bei Gicht (fördert die Ausscheidung von Harnsäure), entzündlichen Gelenkserkrankungen, Rheuma, Prostata- und Blasenbeschwerden sowie zur Vorbeugung von Nieren- und Gallensteinen

äußerlich: Tinkturen zur Pflege der Kopfhaut bei fettigem Haar und Schuppen (Volksmedizin)

Teezubereitung:

2 gehäufte Teelöffel Brennesselblätter mit einem ¼ lt. kochendem Wasser übergießen, 5 Minuten kochen und abseihen. Den Tee mäßig warm schluckweise trinken. Morgens und abends je 1 Tasse Tee über einen Zeitraum von 4-8 Wochen (vor Beginn einer Brennesselkur mit dem Arzt sprechen).

Teemischung bei Rheuma, degenerativen Gelenkserkrankungen oder Nieren- und Gallensteinen:

20g Brennesselblätter

20g Löwenzahnkraut mit Wurzel

10g Schachtelhalmkraut

5g Birkenblätter

5g Hagebutten mit Samen

2 gehäufte Teelöffel mit einem ¼ lt. kochendem Wasser übergießen, 15 Minuten ziehen lassen und abseihen.

6 Wochen lang 3 mal täglich 1 Tasse trinken (vor Beginn einer Brennesselkur mit dem Arzt sprechen).

Düngemittel:

Zum Düngen und Stärken der Pflanzen eignet sich besonders gut eine Jauche aus Brennesseln. Auf ca. 1kg Kraut kommen 10 Liter Wasser. Das Ganze etwa 3 Wochen stehen lassen und öfters umrühren. Bei Verwendung dann im Verhältnis 1:10 mit Wasser verdünnen.

Besondere Warnhinweise:

* Während der Behandlung mit Brennessel sollte auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr geachtet werden! Nicht empfehlenswert ist die Verwendung von Brennesseltee bei Stauungen und Wasseransammlungen infolge eingeschränkter Herz- und Nierentätigkeit!

* Die Brennessel kann bei empfindlichen Personen zu Überempfindlichkeitsreaktionen und Magenbeschwerden führen!

