



## Brennesselsamen

### Drogenbezeichnung:

Urticae semen

### Volkstüml. Namen:

Nesselsamen, Nettle Seed

### Stammpflanze:

Urtica dioica L.

Urtica urens L.

### Botan. Pflanzenfamilie:

Brennesselgewächse - Urticaceae

### Verwend. Pflanzenteile:

Samen, Wurzel, Blätter

### Herkunftsländer:

in den gemäßigten Regionen aller Erdteile

### Inhaltsstoffe:

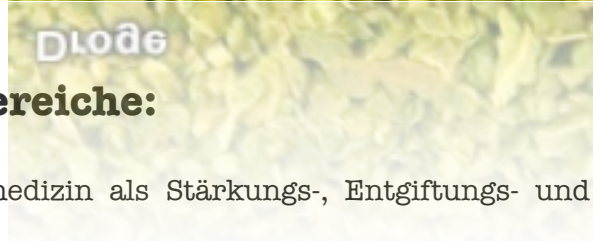
Gerbstoffe, Proteine, Carotinoide, fettes Öl



Pflanze



Droge



Blode

### Anwendungsbereiche:

**innerlich:** bei Prostatabeschwerden, in der Volksmedizin als Stärkungs-, Entgiftungs- und Anregungsmittel vor allem für ältere Menschen

**äußerlich:** in der Volksmedizin manchmal als Haarwuchsmittel

### Teezubereitung:

1 Teelöffel Brennesselsamen mit einem  $\frac{1}{4}$  lt. kochendem Wasser übergießen, 10 Minuten ziehen lassen und abseihen. Den Tee mäßig warm schluckweise trinken. Täglich ca. 500ml davon trinken.

### Tipp:

Brennesselsamen sind eine gute Vitamin-E-Quelle. Streuen Sie einfach 2-3 Esslöffel der Samen auf ein Butterbrot, über den Salat oder in die Suppe.

### 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!