

## Was blüht denn da? – Heilkräuter im Frühling

„Wahnsinn! Wir stolpern förmlich auf Schritt und Tritt über unsere Heilmittel“, dachte ich mir zum wiederholten Male neulich bei einem meiner ausgedehnten Spaziergänge durch die Nusslocher Obstwiesen.

Direkt vor unserer Nase wachsen tatsächlich unsere nützlichsten und größten Heilmittel. In der Naturheilkunde ist es seit langem bekannt, dass gerade die Arzneien die man persönlich am meisten benötigt, oft sogar auch im eigenen Garten besonders gut wachsen und gedeihen.

Wie oft sieht man allein schon Brennnesseln, Gänseblümchen, Schöllkraut und Löwenzahn rund ums eigene Haus sprießen?

Drei von den Genannten sind übrigens ganz große Entgiftungsspezialisten. Die Brennnessel wirkt entsäuernd, spült zu viel Harnsäure aus unserem Körper. Das Schöllkraut und der Löwenzahn wirken entgiftend auf die Leber.

In der Homöopathie ist dieses Wissen natürlich das tägliche Brot der Naturheilpraxis.



### **Brennnessel (Urtica dioica)**

Anwendungsgebiete sind Blasenentzündungen, Neigung zur Nierensteinbildung, nesselartige Hautausschläge mit heftigem Juckreiz, aber auch Verbrennungen ersten Grades. Findet in der homöopathischen Praxis Anwendung in Urtinktur, D 6 bis D 12.



### **Löwenzahn (Taraxacum)**

Wirkt sehr stark auf Leber sowie Galle. Die Zunge ist oft fleckig weiß belegt mit roten Inseln dazwischen. Bitterer Geschmack im Mund, Lebervergrößerung, ein von Blähungen aufgetriebener Bauch und Verstopfung sind weitere Anwendungsgebiete. Zur Entgiftung und Entlastung der Leber verwendet in Urtinktur und meist niedrigen D-Potenzen.



### **Schöllkraut (Chelidonium majus)**

Ein weiteres Leber- und Gallenmittel. Charakteristisch ist das Verlangen der Patienten nach warmen bis heißen Speisen und Getränken. Die Darmtätigkeit ist träge, die Speisen gären im Verdauungstrakt was zu Auftreibung des Bauches führt. Verstopfung ist oft vorhanden. Ein fixierter Schmerz unter dem rechten Schulterblatt in der Mitte des Rückens kann vorkommen.

Die Anwendung des Schöllkrauts in gängigen Verdauungstropfen gilt als umstritten. Die Homöopathie bietet hier den klaren Vorteil der potenzierten, d.h. verdünnten und ungiftigen Anwendung dieser Substanz.



### Gänseblümchen (*Bellis perennis*)

In der Fachwelt auch „das kleine Arnica“ genannt. Wie Arnica gehört das Gänseblümchen zur Pflanzenfamilie der Korbblütler und ist wie Arnica ein Mittel bei Verletzungen. Es wird verwendet bei Wundheitsgefühlen der weichen Gewebe wie Bauch und Oberschenkel, z.B. nach einem Schlag oder Quetschung z.B. der weiblichen Brust. In der Schwangerschaft ist es sehr nützlich bei sehr lebhaften Babys, die das Fußballtraining schon im Mutterleib beginnen. Dieses innerlich dadurch entstehende Gefühl von Wundheit lindert das Gänseblümchen sehr zuverlässig. Auch hier sind wieder Potenzen wie D 6 oder D 12 angezeigt.



### Hirtentäschelkraut (*Thlaspi bursa pastoris*)

Blutungen und erhöhte Harnsäure sind Anwendungsgebiete dieses Kräutleins. Charakteristisch sind wechselnde Menstruationsblutungen, einen Monat eine schwache Blutung, gefolgt von einer starken Blutung im darauffolgenden Monat. Zu häufige Menstruationen, schnell aufeinander folgend und mit Schmerzhaftigkeit der Gebärmutter sind ebenfalls charakteristisch. Hier erfolgt auch wieder die Anwendung der Urtinktur bis zur D 6.



### Spitzwegerich (Plantago lanceolata)

Ein sehr nützlicher kleiner Helfer am Wegesrand bei Insektenstichen. Einfach ein Blatt zerdrückt auf den Stich geben, lindert den Juckreiz von besonders ganz neuen Mückenstichen sofort.



### Zaunrübe (Bryonia)

Charakteristisch ist das Gefühl von Trockenheit aller Schleimhäute was zu einem ausgeprägten Durstgefühl führt. Die Patienten haben stechende Schmerzen, sind gereizt und möchten einfach ihre Ruhe haben. Bryonia ist besonders hilfreich bei Kopfschmerzen, Brustentzündung in der Stillzeit und akuten rheumatischen Beschwerden sowie Husten. Hier wählt man Potenzen von D 6 bis D 12.



### Johanniskraut (Hypericum)

Das Johanniskraut wirkt besänftigend auf Gemüt und Nerven. Hypericum ist von unvergleichlichem Nutzen bei Verletzungen durch Einklemmung bzw. Quetschung der Finger oder Zehen und auch nach Sturz auf das Steißbein. Überall dort, wo nervenreiches Gewebe verletzt wurde, ist Hypericum angezeigt. D 12



### Schafgarbe (Millefolium)

Die Scharfgarbe wird angewendet bei hellroten Blutungen, meist Nasenbluten.



### Kamille (Chamomilla)

Vielen ist die Kamille als Tee bei Magen- und Darmbeschwerden bekannt. Die Kamille ist darüber hinaus aber auch eine Arznei bei vielerlei Arten von Schmerzen. Ohrenscherzen mit Wundheit und Klingeln in den Ohren, stechende zermürende

Schmerzen, die den Patienten fast verrückt machen.

Zahnschmerzen mit ein- oder beidseitiger Röte der Wangen, schlechter durch warme Getränke und Zahnungsbeschwerden von durch nichts zufrieden zu stellenden Babies sind weitere Anwendungsgebiete.

Wir sehen nur was wir kennen. Ich wünsche Ihnen daher viel Vergnügen bei Ihrem nächsten Spaziergang. Sie werden die Welt um sich herum nun sicherlich mit Ihrem durch diesen Artikel neu hinzu erworbenen Wissen mit ganz anderen Augen sehen.

Es grüßt Sie herzlichst,

Rosemarie Scholz