

Die Brennessel

Mit den behaarten Blättern der Brennessel ist wohl jeder schon mal in Kontakt gekommen und kennt die Wirkung: kurz nach der Berührung rötet sich die Haut, es entwickelt sich ein unangenehmes Brennen und Jucken.

Die Brennessel ist in ihrer Standortwahl sehr anspruchslos. Sie wächst praktisch überall auf Ödland, in Gärten und an Wegrändern. Von Mai bis Juli blüht die Pflanze. Die Blüten sind kleine unscheinbare hängende Ähren.

Im Frühjahr und Sommer werden die Blätter der wildwachsenden Brennessel gesammelt, von den Stengeln gestreift und an der Luft getrocknet.

Brennesselblätterttee wird verwendet zur Erhöhung der Harnmenge und damit zur Entwässerung und zur unterstützenden Behandlung bei gutartigen Prostatavergrößerungen, da durch die Inhaltsstoffe der Brennessel der Harnfluß verbessert und die Restharnmenge verringert wird.

Nicht verwendet werden darf Brennesseltee zur Ausschwemmung von Wasser-



Foto: Blende 8

Apotheker Dr. Lutz Engelmann

ansammlungen, die aufgrund einer unzureichenden Herztätigkeit entstanden sind.

Auch die Homöopathie kennt *Urtica urens* - so lautet der lateinische Name der Brennessel - als Heilpflanze. Entsprechend dem Arzneimittelbild wird sie eingesetzt bei juckenden brennenden Hautausschlägen, bei Sonnenbrand und anderen leichten Verbrennungen. Zur Anwendung kommen mehrmals täglich fünf Globuli.

**Ihr Apotheker
Dr. Lutz Engelmann**