



## Birkenblatt

### Drogenbezeichnung:

Betulae folium

### Volkstüml. Namen:

Besenbirke, Frühlingsbaum, Hängebirke, Maibaum, Warzenbirke, Weißbirke, Sandbirke, Moorbirke

### Stammpflanze:

Betula pendula Roth

### Botan. Pflanzenfamilie:

Birkengewächse - Betulaceae

### Verwend. Pflanzenteile:

Blätter, Rinde

### Herkunftsländer:

Nord- und Osteuropa, Polen, Russland

### Inhaltsstoffe:

Flavonoide, Bitterstoffe, Saponine, Gerbstoffe, ätherisches Öl, Vitamin C



Pflanze



Droge

### Anwendungsbereiche:

**innerlich:** als harntreibendes Mittel (jedoch nicht zur Ausschwemmung von Ödemen anwenden!) zur Durchspülung bei entzündlichen Erkrankungen der ableitenden Harnwege sowie bei Nierengrieß, rheumatischen Beschwerden und Gicht

### Teezubereitung:

2 gehäufte Teelöffel Birkenblätter mit einem ¼ lt. kochendem Wasser übergießen, 10 Minuten ziehen lassen und abseihen. 3 Tassen über den Tag verteilt zwischen den Mahlzeiten trinken.

Zur **Frühjahrskur** empfiehlt sich eine **Teemischung** zu gleichen Teilen aus:

Birkenblättern, Schwarze Johannisbeerblättern, Himbeer- und Erdbeerblättern

Zubereitung: 2 Teelöffel der Mischung mit einem ¼ lt. kochendem Wasser übergießen, 10 Minuten ziehen lassen und danach abseihen. 2-3 Tassen pro Tag trinken.

### Frühlingssalat:

FrISChe junge Birkenblätter zusammen mit Löwenzahn, Kresse und Feldsalat bereichern den Frühlingssalat.

### Besondere Warnhinweise:

- \* Wegen (bzw. zur Verstärkung) der harntreibenden Wirkung sollte während der Behandlung viel Flüssigkeit getrunken werden!
- \* Bei Stauungen und Wasseransammlungen infolge eingeschränkter Herz- und Nierentätigkeit ist die Verwendung von Birkenblättern nicht zu empfehlen!
- \* Bei einer Überempfindlichkeit oder Allergie gegen Birkenpollen sollten Birkenblätter nicht angewandt werden!
- \* Schwangere und Stillende sollten vor der Einnahme eine(n) Arzt/Ärztin konsultieren!