



## Brennesselwurzel

### Drogenbezeichnung:

Urticae radix

### Volkstüml. Namen:

Nesselwurzel

### Stammpflanze:

Urtica dioica L.

Urtica urens L.

### Botan. Pflanzenfamilie:

Brennesselgewächse - Urticaceae

### Verwend. Pflanzenteile:

Wurzel, Blätter, Samen

### Herkunftsländer:

in den gemäßigten Regionen aller Erdteile

### Inhaltsstoffe:

Gerbstoffe, Sterole, Lignane,  
Polysaccharide



Pflanze



Droge

### Anwendungsbereiche:

**äußerlich:** volksmedizinisch als Haarwuchsmittel

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

### Teezubereitung:

2 gehäufte Teelöffel Brennesselwurzel mit einem  $\frac{1}{4}$  lt. kochendem Wasser übergießen, 5 Minuten kochen und anschließend abseihen. Morgens und abends je 1 Tasse mäßig warmen Tee schluckweise trinken. Anwendungszeitraum ca. 4-8 Wochen (vor einer Brennesselkur mit dem Arzt sprechen).

### Brennesselhaarwasser:

250g zerhackte Wurzeln in 500ml Wasser und 500ml Weinessig ca. eine 1/2 Stunde kochen - auskühlen lassen und durch ein Sieb abfüllen. Mit diesem Haarwasser einmal wöchentlich die Kopfhaut massieren.

### Besondere Warnhinweise:

- \* Während der Behandlung mit Brennessel sollte auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr geachtet werden! Nicht angezeigt 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!