



Waldmeisterkraut

Drogenbezeichnung:

Galii odoratae herba (Syn. Herba Asperulae)

Volkstüml. Namen:

Gliedkraut, Herzfreund, Leberkraut, Maiblume, Maichrut, Maikraut, Mösch, Teekraut, Waldtee, Sternleberkraut, Waldmandl, Haslkräutlein, Guggelblume

Stammpflanze:

Galium odoratum L. – Asperula odorata L.

Botan. Pflanzenfamilie:

Rötegewächse - Rubiaceae

Verwend. Pflanzenteile:

Kraut

Herkunftsländer:

Italien, Balkanländer, Nordafrika, Westasien

Inhaltsstoffe:

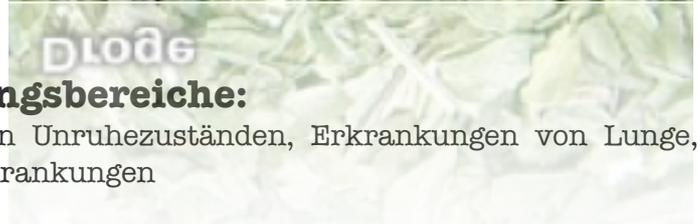
Cumarine, Iridoidglykoside (Asperulosid), Bitterstoffe, Gerbstoffe



Pflanze



Droge



Droge

Anwendungsbereiche:

innerlich: in der Volksmedizin bei nervösen Unruhezuständen, Erkrankungen von Lunge, Magen, Darm, Galle und Niere sowie Venenerkrankungen

Teezubereitung:

1 gehäufte Teelöffel Waldmeisterkraut mit einem $\frac{1}{4}$ lt. kochendem Wasser übergießen 5 Minuten ziehen lassen und abseihen. 2-3 Tassen täglich davon trinken.

Hinweis: Als Schlaftrunk soll der Tee unmittelbar vor dem Zubettgehen und mit Honig gesüßt getrunken werden.

Waldmeisterbowle – auch „Maitränk“ genannt:

6g Waldmeisterkraut, 20g Erdbeerblätter, 10g Schwarze Johannisbeerblätter, 10g Gundelrebe. Alle Kräuter in eine angewärmte Porzellanschüssel geben, 150g Puderzucker darauf streuen, zugedeckt 2 Stunden stehen lassen. Anschließend 3 Liter qualitativ hochwertigen Weißwein darüber gießen, ca. 3 Stunden ziehen lassen und abseihen. Zur Verdauungsförderung 2 mal täglich nach den Mahlzeiten 1 Stamperl davon trinken.

Besondere Warnhinweise:

* Waldmeisterkraut nicht überdosieren, da es zu Benommenheit und Kopfschmerzen führen kann!