



## Wermutkraut

### Drogenbezeichnung:

Absinthii herba

### Volkstüml. Namen:

Artenheil, Bitterer Beifuß, Eberreis, Heilbitter, Magenkraut, Wurmkraut, Ölde, Else, Bermet, Grabekraut, Aetsch

### Stammpflanze:

Artemisia absinthium L.

### Botan. Pflanzenfamilie:

Korbblütengewächse - Asteraceae  
(Compositae)

### Verwend. Pflanzenteile:

Kraut

### Herkunftsländer:

Deutschland, Italien, Frankreich, Spanien, Balkanländer, Russland, USA

### Inhaltsstoffe:

Bitterstoffe (Absinthin), ätherisches Öl, Flavonoide, Cumarine, Gerbstoffe



Pflanze



Droge

### Anwendungsbereiche:

**innerlich:** bei Appetitlosigkeit, leichten Verdauungsbeschwerden (Völlegefühl, Blähungen, leichte Krämpfe im Magen-Darm-Bereich) sowie krampfartigen, funktionellen Störungen im Bereich der Gallenwege

**Gewürz:** für alle fettreichen Speisen (z.B. Gänsebraten)

### Teezubereitung:

1 Teelöffel Wermutkraut mit einem  $\frac{1}{4}$  lt. kochendem Wasser übergießen und nach 10 Minuten abseihen. Kurmäßig 3 mal täglich 1 Tasse sehr warmen Tee nach dem Essen (bzw. vor dem Essen zur Appetitanregung) - oder nur bei Bedarf 1 Tasse - trinken.

**Hinweis:** Wermuttee warm und ungesüßt trinken! Gegen den bitteren Geschmack hat sich nachfolgende Teemischung bewährt (Zucker oder Honig nützen nichts):

10g Wermutkraut

10g Tausendguldenkraut

10g Pfefferminzblatt

1 gehäufter Teelöffel dieser Mischung mit einem  $\frac{1}{4}$  lt. kochendem Wasser überbrühen und nach 5 Minuten abseihen. Den Tee gut warm trinken.

### Besondere Warnhinweise:

\* Wermuttee ist nicht zur Behandlung von Magen-Darmbeschwerden, die durch übermäßige Säureproduktion verursacht werden (z.B. Magengeschwüren), geeignet!

\* Bei Gallensteinleiden können durch die Anregung des Gallenflusses Koliken entstehen!

\* Das im ätherischen Öl enthaltene Thujon wirkt in höheren Dosen als Krampfgift (Erbrechen, starke Durchfälle, Benommenheit und Krämpfe)! Nicht mit Arzneimitteln einnehmen, welche die Krampfschwelle erniedrigen können (z. B. tricyclische Antidepressiva, Trazodon, Phenothiazine)! Dies gilt auch für alkoholische Auszüge und Wermut-Schnaps (Absinth)!

\* Während der Schwangerschaft und Stillzeit darf Wermut nicht eingenommen werden!

\* Gegenanzeigen: Magen- und Darmgeschwüre!