



Beratung nach TRADITIONELLER CHINESISCHER MEDIZIN  
DR. DORIS LANGENBERGER

## BRENNNESSEL

Lateinischer Name	Urtica urens
Verwendete Pflanzenteile	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Blätter</li> <li>▪ Wurzel</li> <li>▪ Samen</li> </ul>
Inhaltsstoffe	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Kieselsäure</li> <li>▪ Gerbstoffe</li> <li>▪ Histamin</li> <li>▪ Ameisensäure</li> <li>▪ Essigsäure</li> <li>▪ Vitamin A</li> <li>▪ Vitamin B</li> <li>▪ Magnesium</li> <li>▪ Eisen</li> <li>▪ Valium</li> <li>▪ Silicium</li> <li>▪ Natrium</li> <li>▪ Chlorophyl</li> <li>▪ Carotinoide</li> <li>▪ Lignane</li> </ul>
Tagesdosis	3-15g
<b>Verwendung in der westlichen Naturheilkunde</b>	<b>Verwendung in der TCM</b>
	Thermik: Warm Geschmack: Bitter Organe: Leber, Lunge, Milz, Blase

<p><b>Eigenschaften</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Hautreizend</li> <li>▪ Blutbildend</li> <li>▪ Stoffwechsellanregend</li> <li>▪ Durchfallhemmend</li> <li>▪ Blutdrucksenkend</li> <li>▪ Schleimlösend</li> <li>▪ Wassertreibend</li> <li>▪ Stärkend</li> <li>▪ Blutreinigend</li> <li>▪ cholesterinsenkend</li> </ul>	<p><b>Eigenschaften</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Erwärmend</li> <li>▪ Trocknend</li> <li>▪ Vitalisierend</li> <li>▪ Zerteilend</li> <li>▪ Reinigend</li> <li>▪ Blutaufbauend</li> <li>▪ Blutnährend</li> <li>▪ Cholagog</li> </ul>
<p><b>Symptome</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Rheumatismus der Muskeln und Gelenke (auch das alte Volksmittel, mit Brennessel die erkrankten Glieder zu ‚peitschen‘, ist noch im Gebrauch)</li> <li>▪ Arthritis urica</li> <li>▪ Harnsäure-Diathese</li> <li>▪ Hydrops,</li> <li>▪ Aszites</li> <li>▪ Anasarka</li> <li>▪ träger Miktion mit Harnverhaltung</li> <li>▪ Entzündungen der Harnorgane wie <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nephritis</li> <li>▪ Pyelitis (Nierenbeckenentzündung)</li> <li>▪ Nieren- und Harngrieß und</li> <li>▪ Nephrolithiasis</li> </ul> </li> </ul> <p>Sehr beliebt ist auch die Verordnung bei juckenden Dermatopathien, insbesondere</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ allergischer Urtikaria und</li> <li>▪ Quaddelausschlägen.</li> </ul>	<p><b>Symptome</b></p> <p>Leber Qi Stagnation</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Verdauungsprobleme wie <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Blähungen</li> <li>▪ Völlegefühl</li> </ul> </li> <li>▪ PMS</li> <li>▪ Dysmenorrhoe</li> <li>▪ Infertilität</li> </ul> <p>Hitzesymptome</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Lippen- und Mundgeschwüre</li> <li>▪ Entzündungen des Hals- und Rachenraumes</li> <li>▪ Mandelentzündungen</li> <li>▪ Bi Syndrom</li> <li>▪ Gicht</li> <li>▪ Chronische Hautleiden wie <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Ekzeme</li> <li>▪ Exantheme</li> <li>▪ allergische Hauterkrankungen</li> <li>▪ Urtikaria (Nesselsucht)</li> <li>▪ Furunkel</li> <li>▪ Akne</li> </ul> </li> </ul>

<p>Als gutes Blutreinigungsmittel und Antidyskratikum (Mittel zum Ausleiten schlechter Körpersäfte – Begriff der Phytotherapie) wirkt die Brennessel auch bei</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Ekzemen (nässenden Stellen hinter den Ohren bei Kindern)</li> <li>▪ Neigung zur Geschwürsbildung (Magen, Darm, Mund, Lippen)</li> <li>▪ Drüsenleiden, auch Achseldrüsenentzündung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Karbunkel (Gruppe dicht nebeneinanderstehender Furunkel)</li> <li>▪ Wund- und Abszessbehandlung</li> </ul>
<p>Als blutaufbauendes Mittel ist die Brennessel vor allem bei</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Anämie (hier wird das Trinken des Rohsaftes besonders empfohlen, der verbessernd auf das Blutbild wirkt) erste Wahl.</li> </ul>	<p>Qi Mangel</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Rekonvaleszenz</li> <li>▪ Schwäche</li> <li>▪ Burn Out</li> <li>▪ Geriatrikum</li> <li>▪ Galaktagogum</li> <li>▪ Zu hoher Blutzuckerspiegel bei Diabetes</li> <li>▪ Diarrhö</li> <li>▪ Anämie</li> <li>▪ Schweißneigung</li> </ul>
<p>Als Galaktagogum (milchfluss-förderndes Mittel) wird Urtica in größeren Dosen verordnet, während es in geringen Gaben gegen Galaktorrhöe (Brustmilchausfluss) gebraucht wird.</p>	<p>Essenzmangel</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Fehlende Libido</li> <li>▪ Potenzstörungen</li> <li>▪ Störungen des Knochenwachstum</li> <li>▪ Osteoporose</li> <li>▪ Haarausfall</li> <li>▪ Frühzeitig ergraute Haare</li> <li>▪ Prostatahypertrophie</li> </ul>
<p>Des weiteren wirkt Urtica bei</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Leber- und Gallenleiden</li> <li>▪ Milztumoren</li> <li>▪ Hämorrhoiden</li> <li>▪ Obstipation</li> <li>▪ Verschleimung des Magens</li> <li>▪ bei Magenkrämpfen</li> <li>▪ Vomitus (Erbrechen)</li> <li>▪ Dyspepsie und</li> <li>▪ Diabetes mellitus</li> </ul>	<p>Yin Mangel (Blutmangel)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Klimakterische Beschwerden</li> <li>▪ Anämie</li> <li>▪ Blutverlust</li> <li>▪ Müdigkeit</li> <li>▪ Adynamie (Muskelschwäche) (Leber Blut Mangel)</li> <li>▪ Müdigkeit</li> <li>▪ Nachtschweiß</li> </ul>
<p>Auch Lungentuberkulose, Hämoptoe, Verschleimung der Atmungsorgane sind</p>	

<p>Indikationen.</p> <p>Schließlich wird Urtica noch vielfach als Haarwuchsmittel (innerlich und äußerlich angewandt), gegen Haarausfall und Kopfschuppen gelobt, und zwar ist hier besonders die Anwendung des Brenneselessigs beliebt. Das Mittel bewährt sich auch bei Kopfhautschmerzen und lokal gegen Ergrauen der Haare.</p>	<p>Nieren Qi, Yin und Yang Mangel</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Ödeme</li> <li>▪ Harnwegserkrankungen</li> <li>▪ Nieren- und Blasensteine</li> <li>▪ Nieren- und Blasengrieß</li> <li>▪ Gicht</li> <li>▪ Anurie (Harnverhalten)</li> <li>▪ Schleim in allen drei Erwärnern</li> <li>▪ Qi und Blutstau im unteren Erwärmer</li> </ul>
<p><b>GEMEINSAMKEITEN</b></p>	
<p>Herausragende Wirkung zeigt in der WKH die Urtica im Bereich der blutbildenden und blutreinigenden und harnsäureableitenden Symptomatik. Die Brennnessel ist eine hervorragende Stoffwechsel-Pflanze. Vor allem als Frühjahrskur soll sie Wunder wirken, indem sie all die Schlacken des Winters aus dem Körper ausspült.</p> <p>Auch sollen die Brennnesselsamen Kraft geben und gut bei Erschöpfungszuständen wirken. Auch in der TCM dominieren die o.a. Indikationen.</p>	