

Stadt-Apotheke

*Jersbeker Str. 12
22941 Bargtheide
Tel: 04532 / 83 12
Fax: 04532 / 25 16 5*



Apotheker S.A.Baset
Stadt-Apotheke Bargtheide – Jersbeker Straße 12 – 22941 Bargtheide

Merkblatt Heilpflanzentees

Aus Ihrer Apotheke für Ihre Gesundheit
Von Apotheker Mannfried Pahlow

gegen Magen- und
Darmbeschwerden

Stadt-Apotheke

Jersbeker Str. 12
22941 Bargtheide
Tel: 04532 / 83 12
Fax: 04532 / 25 16 5



Apotheker S.A.Baset

Stadt-Apotheke Bargtheide – Jersbeker Straße 12 – 22941 Bargtheide

Magen- und Darmbeschwerden sind überaus häufig, ohne dass besondere Befunde, wie etwa organische Veränderungen, vorliegen. Die Ursachen sind so vielfältig, dass hier nicht darauf eingegangen werden kann. Betroffene leiden aber darunter oft erheblich und suchen nach Linderung und Hilfe.

Über die Verwendung von Heilpflanzen bei derartigen Beschwerden liegen nicht nur jahrtausendealte Erfahrungen vor, sondern auch unzählige wissenschaftliche Untersuchungen, die die Heilpflanzenwirkung bestätigen. Bei Appetitlosigkeit, Übelkeit, Völlegefühl und Blähungen nach dem Essen helfen Heilpflanzentees ebenso gründlich und schnell wie bei Durchfällen oder Stuhlverstopfung. Selbst bei der so genannten Gastritis (eine sehr allgemeine Diagnose) und bei Magengeschwüren kann man mit Heiltees die ärztlichen Bemühungen wirksam unterstützen, was allerdings immer in Absprache mit dem Arzt erfolgen muss. Nachfolgend einige Vorschläge gegen die häufigsten Beschwerden.

Durchfall

Blutwurz	20,0 g
Kamillenblüten	10,0 g
Pfefferminzblätter	10,0 g

Zubereitung und Anwendung

2 Teelöffel mit 1/4 Liter kaltem Wasser übergießen, zum Sieden erhitzen, 10 Minuten ziehen lassen und abseihen. 2 bis 3 Tassen täglich beseitigen die Beschwerden schnell.

Wenn der Durchfall mit übelriechenden Darmgasen verbunden ist:

Thymiankraut	20,0 g
Blutwurz	10,0 g
Pfefferminzblätter	10,0 g
Kamillenblüten	10,0 g
Eichenrinde	10,0 g

Zubereitung und Anwendung wie oben

Gegen akute Stuhlverstopfung

Faulbaumrinde	10,0 g
Fenchelfrüchte	10,0 g
Sennesblätter	10,0 g

Zubereitung und Anwendung

1 bis 2 Teelöffel dieser Mischung mit 1/4 Liter siedendem Wasser übergießen, 10 Minuten lang ziehen lassen und bei Bedarf eine Tasse Tee trinken. - Dieser Tee ist nicht zum Dauergebrauch, etwa bei chronischer Stuhlverstopfung, wegen der Gefahr der Dickdarmreizung geeignet.

Stadt-Apotheke

Jersbeker Str. 12
22941 Bargtheide
Tel: 04532 / 83 12
Fax: 04532 / 25 16 5



Apotheker S.A.Baset

Stadt-Apotheke Bargtheide – Jersbeker Straße 12 – 22941 Bargtheide

Bei chronischer Magenschleimhautentzündung und bei Magengeschwüren

Selbstverständlich gehören Patienten mit diesen Leiden in ärztliche Behandlung. Nachfolgender Tee hat sich jedoch so bewährt, dass er - nach Rücksprache mit dem Arzt – zur Unterstützung seiner Therapie empfohlen werden kann.

Kamillenblüten	30,0 g
Pfefferminzblätter	5,0 g
Kümmelfrüchte zerstoßen	10,0 g
Sennesblätter	5,0 g
Tausendgüldenkraut	10,0 g

Zubereitung und Anwendung

2 Teelöffel dieser Mischung mit 1/4 Liter siedendem Wasser übergießen, 10 Minuten lang ziehen lassen. Morgens vor dem Aufstehen und abends vor dem Zubettgehen je eine kleine Tasse schluckweise trinken.

Gegen Appetitlosigkeit und Verdauungsschwäche

Die Betroffenen klagen über Essunlust und darüber, dass Ihnen die aufgenommene Nahrung noch nach Stunden wie ein Stein im Magen liegt, „sich der Magen nicht umdreht“ und Völlegefühl, oft Blähungen und Unbehagen vorherrschen. Folgende Teemischung schafft Abhilfe:

Engelwurz	20,0 g
Enzianwurzel	5,0 g
Kümmelfrüchte zerstoßen	10,0 g
Thymiankraut	5,0 g
Tausendgüldenkraut	5,0 g

Zubereitung und Anwendung

2 Teelöffel mit 1/4 Liter siedendem Wasser übergießen, zugedeckt 10 Minuten ziehen lassen. 1/2 Stunde vor den Mahlzeiten 1 Tasse trinken.

Wenn Blähungen nach zu üppigem Essen als Hauptübel genannt werden

Korianderfrüchte	10,0 g
Fenchelfrüchte	10,0 g
Kümmelfrüchte	10,0 g
Wermutkraut	10,0 g
Anisfrüchte	10,0 g
Pfefferminzblätter	10,0 g

Zubereitung und Anwendung

2 Teelöffel mit 1/4 Liter siedendem Wasser übergießen, zugedeckt 10 Minuten lang ziehen lassen und nach dem Abseihen bei Bedarf gut warm und schluckweise trinken - Nicht süßen!

Stadt-Apotheke

Jersbeker Str. 12
22941 Bargtheide
Tel: 04532 / 83 12
Fax: 04532 / 25 16 5



Apotheker S.A.Baset

Stadt-Apotheke Bargtheide – Jersbeker Straße 12 – 22941 Bargtheide

Nervöse Magenbeschwerden

Melissenblätter	20,0 g
Schafgarbenkraut	10,0 g
Orangenblüten	10,0 g
Kamillenblüten	10,0 g

Zubereitung wie oben, zwei Tassen täglich trinken.