

## Materia Medica - Kräuter

### **Ackerschachtelhalm** (*Equisetum arvense*)

Wegen seines hohen Anteils an Kieselsäure wird der Ackerschachtelhalm zur Stärkung des Bindegewebes, des Haarkleids und der Krallen eingesetzt. Außerdem enthält er besonders viele Mineralien, insbesondere Kaliumsalze, sowie Flavonoide und Saponine, die seine diuretische Wirkung erklären. Einsatzgebiete sind Entzündungen der Harnwege, insbesondere welche mit Blutungen, bei Harngries, bei Gelenkerkrankungen, beim Kognitiven Dysfunktionssyndrom, bei Ödemen und zur Wundheilung. Bei der Behandlung der Harnwege sollten Kräuter mit reizmildernder Wirkung, z. B. Eibisch oder Wegerich zusätzlich gegeben werden. Bei Arthritis oder Arthrose sollten zusätzlich Glucosamine gegeben werden. Benutzt werden die oberirdischen Teile. Gegenanzeigen: Nicht anwenden bei Herzerkrankungen, erhöhtem Blutdruck oder Ödemen, die auf unzureichende Herz- oder Nierentätigkeit zurückzuführen sind, oder bei Nierensteinen, die Silica enthalten.

#### *Dosierung:*

Trockenkraut: 1-2 g/10 kg KM/Tag

Absud: 50 ml/10 kg KM/3 x täglich

Tinktur: 1 ml/10 kg KM/Tag

Äußerlich als Kompresse

### **Alfalfa** (*Medicago sativa*)

Die Araber gaben Alfalfa seinen Namen Al-Fal-Fa, was Vater aller Nahrungsmittel bedeutet. Sie beobachteten, dass ihre Pferde schneller, stärker und gesünder waren, wenn sie regelmäßige Alfalfa bekamen. Alfalfa unterstützt die Leber, fördert die Verwertung von Fetten in der Nahrung, verhindert das Wachstum von Krebszellen, lindert allergische Beschwerden, entsäuert und hilft bei Gelenkerkrankungen aller Art. Alfalfa fördert die Bildung von roten Blutkörperchen, normalisiert den Hormonhaushalt, hilft den Urin alkalisch zu machen, bei Untergewicht zur Appetitanregung und durch seinen Vitamin K-Gehalt hilft Alfalfa bei der Blutgerinnung. Alfalfa enthält sehr viel Calcium, Eisen, Zink, alle Vitamine insbesondere Vitamin K, Chlorophyll, Biotin und Spurenelemente. Benutzt werden die Grünteile (Blätter) der erwachsenen Pflanze als Futterzusatz. Gegenanzeigen: nicht bei gleichzeitiger Gabe von blutverdünnenden oder fettabbauenden Mitteln füttern, Sprossen sollten generell nicht verfüttert werden.

#### *Dosierung:*

Trockenkraut: 2-5 g/10 kg KM/Tag

Absud: 50 ml/10 kg KM/3 x täglich

Tinktur: 2 ml/10 kg KM/Tag

### **Astragalus** (*Astragalus membranaceus*)

Die Astragaluswurzel stimuliert das Immunsystem, ist ein Herztonikum, fördert die Durchblutung der Niere und ist ein wirksamer Entzündungshemmer. Des Weiteren ist Astragalus ein gutes Mittel bei Krebs und Viruserkrankungen und kann den Anfang einer Demenz verzögern. Bei Schilddrüsenüberfunktion könnte Astragalus auch hilfreich sein.

Gegenanzeigen: Nicht bei Schilddrüsenunterfunktion, Autoimmunerkrankungen einsetzen.

*Dosierung:* 25-150 mg/kg KM/3 x tägl.