



SEEROSE BARBARA TAUSZ OG

FUSSPFLEGE, KOSMETIK, MASSAGE, ENERGIEARBEIT

A-7535 St. Michael, Schulstr. 324; T: +43 (0)664 170 17 71
www.seerose-tausz.at; e-Mail: barbara@seerose-tausz.at



VERWÖHN- und PFLEGE-TIPP

BRENNNESSEL (*urtica dioica*, *urtica urens*)

Es gibt wohl kaum jemanden, dem man die Brennnessel (*urtica dioica* oder *urtica urens*) beschreiben muss, jeder kennt sie. Diese ausdauernde Pflanze ist eigentlich überall dort zu finden, wo Menschen wohnen. Es scheint fast so, als ob sie den Befehl erhalten hätte: „Halte dich an die Menschen, folge ihnen auf Schritt und Tritt, ordne, heile, aber hüte dich vor ihnen, denn wenn sie einmal deine große Nützlichkeit erkannt haben, könnten sie dich in ihrer Gier ausrotten“.

Unsere Pflanze des Monats ist so vielseitig wie kaum eine andere. In der Pflanzenheilkunde wird vor allem der Tee aus den Blättern bei Rheuma, Gicht, Galle- und Leberbeschwerden, Prostatabeschwerden und Beschwerden beim Wasserlassen. Der Tee wirkt auch anregend auf den Stoffwechsel und wassertreibend. Außerdem besitzt sie einen hohen Anteil am wichtigen Mineralstoff Eisen.

Aber auch als Haarkur lässt sich die Brennnessel hervorragend verwenden, und zwar zur Kräftigung von Haar und Kopfhaut.

Und nicht zu vergessen als junges Frühjahrgemüse genossen, der „Brennnessel-Spinat“. In vielen Gegenden gab und gibt es die Tradition der Neunkräutersuppe. Am Morgen des Karsamstag geht man los und sammelt neun verschiedene Kräuter, dabei darf auf die jungen Brennnesseltriebe nicht vergessen werden. Diese Kräuter werden zu seiner Suppe verkocht und zu Mittag gegessen. Die Überlieferung berichtet, dass diese Festspeise Glück und Gesundheit für das ganze Jahr bringen soll.

Aber auch für Gartenfreunde ist diese Pflanze als Nesseljauche zur Stärkung der Abwehrkräfte von Pflanzen ein wahrer Goldschatz: Einen Bottich mit Brennnesseln und Regenwasser füllen, und in die Sonne stellen; eine Handvoll Steinmehl nimmt den scharfen Ammoniakgeruch; alles 3 Woche stehen lassen, danach 1:10 mit Wasser verdünnen
In den Ansatz kann man auch Schafgarbe, Kamille und Rainfarn dazu geben.

In unserem Produktsortiment befindet sich unter anderem ein biologisches Molke-Haarshampoo mit dem Wirkstoff der Brennnessel. Und als absolute Neuheit führen wir einen ABSOLUT BIOLOGISCHEN Brennnessel-Haarspray, frei von jeglichen chemischen Wirk- oder Konservierungsstoffen, wir beraten Sie gerne über Produkte und Anwendungen.

Halten Sie vor der Selbstanwendung von alternativen Heilmitteln immer Rücksprache mit ihrem Arzt oder Apotheker!

Viel Spaß mit diesem Tipp wünschen Barbara und Günther Tausz