

Musterstadt e.V. Hamamelis

STILLE



Quelle der Kraft

Virginische Zaubernuss – was für ein Name! Die virginische Zaubernuss (*Hamamelis virginiana*), auch bekannt als Hexenhasel, blüht jetzt im späten Herbst und stammt ursprünglich aus dem Osten Nordamerikas. In Europa ist die Zaubernuss eher als Zierstrauch bekannt, allerdings handelt es sich hierbei um eine andere Hamamelis-Art, die im Frühjahr blüht und zudem keine Früchte ausbildet. Die Ureinwohner Nordamerikas verwendeten die virginische Hamamelis als Heilpflanze und benutzten sie zur Wundheilung, aber auch bei Fieber und Durchfall. Heute werden ihre Bestandteile hauptsächlich in Hautcremes, Salben, Zäpfchen und Kosmetikprodukten verwendet.

„Der liebe Gott hat so gut gesorgt und jeder Pflanze ihren Platz angewiesen, wo sie am besten gedeihen kann.“ Sebastian Kneipp

Insbesondere Blatt und Rinde der Hamamelis besitzen wertvolle Inhaltsstoffe, wie beispielsweise ätherisches Öl, Gerbstoffe und Flavonoide. Die aus der Zaubernuss extrahierten Arzneidrogen (die Qualität der jeweiligen Droge ist im Europäischen Arzneibuch Ph. Eur. definiert) können Juckreiz lindern und haben entzündungshemmende, adstringierende und auch blutstillende Eigenschaften. So eignet sich die äußerliche Anwendung von Hamamelis laut Kommission E bei lokalen Entzündungen der Haut und der

bei Hämorrhoiden und bei leichten Hautverletzungen. Durch den relativ hohen Gerbstoffgehalt wird die Wundheilung der Haut Schleimhäute vorangetrieben: Proteine gebunden und Entzündungsreaktionen eine solche antiphlogistische Wirkung ist Studien bestätigt. So berichtete die bereits vor einiger Zeit über eine Beobachtungsstudie der Universitätsklinik in altersbedingten Hauttrockenheit: Alternde durch das regelmäßige Auftragen von Salben die Zubereitungen aus Hamamelisblättern enthalten, gut versorgt (Fett und Feuchtigkeit) Vor allem die gute Verträglichkeit des trotz bestehender allergischer Hauterkrankungen vieler Probanden, war für von besonderer Bedeutung. Die in der enthaltenen Flavonoide und Phenole eignen bereits erwähnt, zur Behandlung von Hämorrhoidalleiden. Nachdem 2010 Arzneimittel, die Bufexamac enthielten, wurden, gelten Präparate auf Basis der bedeutende pflanzliche Alternative im Behandlung von Hämorrhoiden. Zudem gibt dass *Hamamelis virginiana* auch bei Grippe-Papillomaviren (ursächlich für die Entstehung positive Wirkungen erzielen könnte. Hierfür noch weiterführende Untersuchungen

Schleimhäute,

Gehalt an und werden verringert – durch klinische Ärztezeitung

Lübeck zur Haut wird und Cremes, und -rinde und geschützt. Präparates,

die Forscher Zaubernuss sich, wie

sämtliche verboten Hamamelis als Hinblick auf die es Hinweise, und von Warzen) sind allerdings notwendig.

Kneipp-Verein Merzig e.V.
Särkover Straße 11
66663 Merzig
Tel. 06861/992868
Fax: 06861/992874
info@kneipp-verein-merzig.org

www.kneipp-verein-merzig.org
www.kneippbund.de
www.kneippvisite.de
www.kneippakademie.de
www.kneippschule.de
www.kneippverlag.de



Heilpflanzen

Jetzt im November neigen viele Menschen zu Problemen mit der Haut. Das schnelle Austrocknen, bedingt durch den großen Temperaturunterschied zwischen drinnen und draußen oder auch zu heißes Duschen (wird durch austrocknende Duschseifen noch verschlimmert), ist ein großes Problem für viele Menschen. Kneipp-Anwendungen, korrekt angewandt und mit anschließender, rückfettender Hautpflege können Abhilfe verschaffen. Neben der Hamamelis eignen sich hierfür auch Hautpflegemittel auf Basis anderer Heilpflanzen, wie beispielsweise Nachtkerze, Ringelblume, Johanniskraut, Kamille und viele weitere.