

Verbenenkraut

Was ist Verbenenkraut?

Diese auch als Eisenkraut oder Eisenbart genannt eher unscheinbare Pflanze wurde in der Volksmedizin schon seit Jahrhunderten hoch geschätzt. Früher brauten sich Verliebte manchmal einen Liebestrunke daraus.

Anwendungsgebiete

Verbenenkraut hilft bei Kopfschmerzen, Schüttelfrost, Nervenschwäche, Schlaflosigkeit und ist zur Anregung des Stoffwechsels geeignet. Medizinische Verwendung findet das Verbenaöl als Destillat aus den frischen Zweigen und die getrockneten Laubblätter und Stiele.

In Frankreich: Bei Verdauungsbeschwerden, Nervosität und Schlaflosigkeit. Bei Hämorrhoiden, Krampfadern und unreiner Haut. In Marokko auch bei Erkältungskrankheiten und Verstopfung.

In der Pharmazie wird Verbenenkraut als Hilfsstoff zur Geschmacksverbesserung von Medikamenten verwendet.

Botanisches

Verbenenkraut schmeckt zitronig-rein und etwas blumig, so rein und naturbelassen wie die Landschaft, wo er wächst. Die französischen Feinschmecker lieben diesen Kräutertee sehr, insbesondere nach einem guten, langen Essen. Verbenenkraut wird oft auch als "Wohlriechendes Eisenkraut" bezeichnet, obwohl es botanisch eine andere Spezies ist.

Die Pflanze stammt ursprünglich aus Argentinien, Peru und Chile, ist aber inzwischen durch Kultur in allen wärmeren Ländern der Welt verbreitet. Hauptanbaugebiete sind Algerien, Chile, Israel und Marokko. Medizinische Verwendung findet das Verbenaöl als Destillat aus den frischen Zweigen und die getrockneten Laubblätter und Stiele.

Die Pflanze wurde Ende des 18. Jahrhunderts in Nordeuropa eingeführt. Die Blätter finden wegen ihres zitronenähnlichen Geruchs Verwendung in der Parfümindustrie. Werden sie zur Blütezeit gesammelt, behalten sie ihren Geruch jahrelang.

Wirkung und Nebenwirkungen

Die Droge soll beruhigend, reizmildernd und entspannend wirken. Neuere Untersuchungen fehlen. Risiken der bestimmungsgemäßen Anwendung therapeutischer Dosen der Droge und Nebenwirkungen sind nicht bekannt. Für eine Bewertung liegen unzureichende Informationen vor.

Anwendung in Lebensmitteln

Verbenenkraut ist ein beliebter Lebensmitteltee.