

# Wermut

## Wermut gehört zu den altbekannten Hausmitteln der Naturheilkunde

**Seine Eigenschaften: Appetitanregend, antimikrobiell, verdauungsfördernd, lindernd und entkrampfend bei Magen-, Darm- und Gallestörungen. Ätherisches Öl und Bitterstoffe im Wermut regen die Magensaftbildung und die Durchblutung der Magenschleimhaut an und fördern so die Verdauung.**

Pahlow schreibt dazu: "Sehr oft verbirgt sich hinter Verdauungsschwäche, Appetitlosigkeit und mangelnder „Magenarbeit“ mit Blähungen und Völlegefühl eine kranke Gallenblase. Ob es sich dabei um Gallensteine, um Störungen des Galleabflusses oder um eine chronisch entzündete Gallenblase handelt, ist für die Behandlung mit Wermut ohne Bedeutung. Eine „unruhige Galle“ macht Beschwerden, mit Wermut kann man die Ruhe wieder herstellen – somit wirkt diese Heilpflanze bei Magenbeschwerden und Gallestörungen gleichermaßen und eignet sich ganz besonders zur Nachbehandlung überstandener Gallekoliken. ...“

## Botanisches

Wermut oder Wermutkraut (*Artemisia absinthium* L.), auch bitterer Beifuß, ist eine Pflanzenart in der Gattung *Artemisia*, in der Familie der Korbblütler (*Asteraceae* oder *Compositae*). Wermutkraut findet man in den trockenen Gegenden von Europa, Nord- und Südamerika sowie Asien auf kargen und steinigen Böden. Die Pflanze blüht von Juli bis September und kann mehr als 1 m groß werden.

Der Wermut ist ein mehrjähriger Strauch aus Europa, der inzwischen auch in Nordamerika heimisch ist.

## Wermut wird seit vielen Jahrhunderten als Wurm- und Parasitenmittel benutzt.

Im späten 20. Jahrhundert wurde er mit anderen Kräuterextrakten kombiniert und erfolgreich bei Zuständen von Krebs eingesetzt.

## Anwendung nach Dr. Hulda Clark

Das einfache Parasitenbeseitigungsprogramm von Frau Dr. Hulda Clark enthält neben Wermut auch Nelken und Schwarzwalnuß.

## Inhaltsstoffe

Sesquiterpenoide Laktone, Monoterpene, Flavonoide, Phenolkarbonsäuren und andere Verbindungen.

Wermut wird seit der Antike als Heilpflanze eingesetzt. Ihm wurden zahlreiche Wirkungen zugeschrieben, darunter die Förderung von Appetit, Verdauung und Menstruation, sowie Hilfe bei Kopfschmerzen, Gelbsucht und Entzündungen.

# **Eigenschaften und Anwendung von Wermut**

Man glaubt, dass die Santonin-Laktone die Hauptwirkstoffe für den Einsatz gegen Würmer sind. Außerdem können die Thujone die Rundwürmer lähmen, so dass sie mit der Peristaltik ausgeschieden werden können.

Wermut wird seit der Antike als Heilpflanze eingesetzt. Ihm wurden zahlreiche Wirkungen zugeschrieben, darunter die Förderung von Appetit, Verdauung und Menstruation, sowie Hilfe bei Kopfschmerzen, Gelbsucht und Entzündungen. Im alten Griechenland war die Pflanze der jungfräulichen Jagdgöttin Artemis geweiht, in Ägypten der Fruchtbarkeitsgöttin Bastet, wo sie auch als Liebeszauber eingesetzt wurde.

Im Mittelalter wurde der Einsatz als Heilpflanze unter anderem von Hildegard von Bingen ausführlich beschrieben, die vor allem die äußerlichen Anwendungen betonte. Daneben wurde Wermut zur Abwehr von Mäusefraß an Büchern in Schreibtinte verwendet und gegen Motten in Kleiderschränke gehängt. Er galt außerdem als wirksames Abwehrmittel gegen Hexerei und dämonische Einflüsse und wurde bei verschiedenen Ritualen sowie in Kräutermützen gegen Schlaflosigkeit eingesetzt.

Als nachgewiesen gilt heute die Wirksamkeit zur Appetitanregung, bei Beschwerden des Verdauungstraktes, wie Gastritis oder Blähung, zur Anregung der Leberfunktion sowie bei krampfartigen Störungen des Darm- und Gallenwegbereichs. Die verdauungsfördernde Wirkung wird dabei auf die enthaltenen Bitterstoffe zurückgeführt.

## **In der Homöopathie wird Wermut auch gegen Erregungszustände und Krampfleiden eingesetzt**

Verwendet werden Bruchstücke der Zweigspitzen blühender Pflanzen. Diese werden in verschiedenen kommerziell erhältlichen Phytopharmaka als wässrige oder wässrig-alkoholische Auszüge verarbeitet oder können als Tee zubereitet werden. Nebenwirkungen können bei starker Überdosierung oder der Verwendung alkoholischer Extrakte auftreten und gehen auf die toxische Wirkung des Thujons zurück. Sie können Benommenheit, Erbrechen, Bauchschmerzen und in schweren Fällen Nierenschäden und Störungen des Zentralnervensystems umfassen.

Wässrige Auszüge enthalten im Gegensatz zu alkoholischen relativ geringe Mengen an Thujon. Das reine ätherische Öl wird auf Grund des Thujongehalts von bis zu 40 % nicht medizinisch verwendet. Neben der Verwendung als medizinische Droge kann Wermut auch als verdauungsförderndes Gewürz zu fetten Speisen verwendet werden.

Des Weiteren ist Wermut Bestandteil des Absinth, eines alkoholischen Getränks mit Auszügen von Wermut, Fenchel, Anis und Melisse, das besonders im 19. Jahrhundert zur Modedroge wurde und auf Grund des Thujongehalts und der vermuteten gesundheitsschädlichen Wirkung zeitweise in verschiedenen europäischen Ländern verboten war.