

KRAFTVOLLE KOMBINATIONEN

Wermut / Nelke / Schwarznuss

Artemisia absinthium / Syzygium aromaticum / Juglans nigra



Anwendungsgebiete

- Parasitenbefall
- Verdauungsstörungen
- Entzündungen (rheumatische Beschwerden, Magen-Darm-Entzündungen)
- Verdauungsförderung, Appetitsteigerung
- Leber- und Gallengesundheit
- Antibakterielle und antivirale Wirkung

Anwendung/Indikation

Die Kombination aus Nelke, Schwarznuss und Wermut bietet eine kraftvolle synergetische Wirkung, die eine Vielzahl von gesundheitlichen Vorteilen unterstützt. Zusammen wirken die drei Pflanzen besonders antibakteriell, antiviral und antiparasitär. Die Nelke lindert Zahnschmerzen und Entzündungen im Mundraum, während die Schwarznuss gegen Pilzbefall und Darmparasiten hilft. Wermut unterstützt die Verdauung und fördert die Produktion von Verdauungssäften, was Blähungen und Völlegefühl vorbeugt.

Darüber hinaus bieten die Pflanzen gemeinsam eine entzündungshemmende Wirkung, die bei rheumatischen Beschwerden, Muskelverspannungen, Wunden und Ohrenscherzen lindernd wirkt. Die Kombination

hilft auch bei der Stärkung des Immunsystems und schützt durch ihre antioxidativen Eigenschaften vor freien Radikalen. Sie fördert die Leber- und Gallengesundheit, unterstützt die Verdauung und reguliert den Menstruationszyklus. Besonders bei der Bekämpfung von Parasiten und der Unterstützung der Darmgesundheit ist diese Mischung ein wirkungsvolles Naturheilmittel.

Gut zu wissen



Das besondere an dieser Kräuterkombination ist, dass sie Parasiten und Bakterien bekämpft, während sie gleichzeitig die Darmflora unterstützt und die Verdauung fördert. So hilft sie nicht nur bei akuten Beschwerden, sondern trägt auch zum langfristigen Wohlbefinden des Verdauungssystems bei.

Nebenwirkungen/Kontraindikation

Personen mit Allergien gegen Korbblütler oder Lebererkrankungen sollten diese Kombination nur unter ärztlicher Aufsicht verwenden. Aufgrund des Thujon-Gehalts im Wermut kann die Mischung in hohen Dosen zu Vergiftungserscheinungen wie Schwindel oder Krämpfen führen. Zudem kann sie die Blutgerinnung beeinflussen und sollte nicht mit Blutgerinnungshemmern kombiniert werden. Bei übermäßiger Anwendung können Magenreizungen oder Durchfall auftreten.

LITERATURVERZEICHNIS

1. Ali Esmail Al-Snafi: Constituents and pharmacology of *Geum urbanum*- A review, in: IOSR Journal Of Pharmacy, Volume 9, Issue 5, Seiten 28-33, 2019, IOSR Journal of Pharmacy
2. Marek Bunse, Lilo K. Mailänder, Peter Lorenz et al.: Evaluation of *Geum urbanum* L. Extracts with Respect to Their Antimicrobial Potential, in: Chemistry & Biodiversity, Volume 19, Issue 2, 2022, WILEY
3. Lyudmila Dimitrova, Maya M. Zaharieva, Milena Popova et al.: Antimicrobial and antioxidant potential of different solvent extracts of the medicinal plant *Geum urbanum* L, in: Chemistry Central Journal, Volume 11, Issue 1, Seite 113, 2017, BMC Chemistry
4. Sebastian Granica, Agnieszka Kłębowska, Michał Kosiński et al.: Effects of *Geum urbanum* L. root extracts and its constituents on polymorphonuclear leucocytes functions. Significance in periodontal diseases, in: Journal of Ethnopharmacology, Volume 188, Seiten 1-12, 2016, ScienceDirect
5. Rudi Beiser (2024): Nelkenwurz – (All)Heilmittel aus dem Mittelalter, in: Georg Thieme Verlag KG - Natürlich Medizin, <https://natuerlich.thieme.de/heilpflanzen/detail/nelkenwurz-allheilmittel-aus-dem-mittelalter-3447> (abgerufen am 14.02.2025), Thieme
6. Chemische Zusammensetzung und Schutzpotenzial von *Juglans nigra*: <https://www.mdpi.com/2223-7747/13/12/166>
7. Pharmakotherapeutisches Potenzial der Walnuss (*Juglans* spp.) bei altersbedingten Erkrankungen: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2667242122000872>
8. Schwarznuss – Wirkung, Anwendung, Studien: <https://www.natur-institut.com/schwarznuss>
9. Schwarze Walnuss: Vorteile, Nebenwirkungen und Vorbereitungen: <https://www.bessermorgen.com/schwarze-walnuss-vorteile-nebenwirkungen-und-vorbereitungen>
10. Neue Borrelien-Studie: Pflanzliche Mittel, die helfen können: <https://ganzemedizin.at/neue-borrelien-studie-pflanzliche-mittel-die-helfen-koennen>
11. Schwarzwalnuss gegen Warzen, Herpes, Pilze und mehr: <https://www.naturheilkunde-lexikon.eu/was-hilft-wann/schwarzwalnuss>
12. Walnuss – die Supernuss mit beeindruckenden Heilwirkungen: <https://www.zentrum-der-gesundheit.de/ernaehrung/lebensmittel/nuesse-kerne/walnuss>
13. Omer B. et al.: Steroid-sparing effect of wormwood (*Artemisia absinthium*) in Crohn's disease: a double-blind placebo-controlled study. *Phytomedicine*. 2007 Feb;14(2-3):87-95.
14. Szopa A. et al.: *Artemisia absinthium* L.-Importance in the History of Medicine, the Latest Advances in Phytochemistry and Therapeutical, Cosmetological and Culinary Uses. *Plants* (Basel). 2020 Aug 19;9(9):1063.
15. Wermut - Herkunft, Verwendung, Eigenschaften und Gesundheitlicher Nutzen | gewuerzlexikon.info

