

Botanischer Name: Leonurus cardiaca
Deutscher Name: Herzgespann
Familie: Lamiaceae (Lippenblütler)
Inhaltsstoffe: Iridoide, Bitterstoffe, Flavonoide, ätherische Öl, Kalium
Verwendete Pflanzenteile: Kraut
Vermehrung: Samen
Sammelzeit: Juni-September (Blütezeit)
Zubereitung: 1 gestrichener Teelöffel Kraut auf ¼ Liter Wasser 3-5 Minuten ziehen lassen. Maximal 4,5g Droge tgl. trinken

Geschichte und Herkunft: Das Herzgespann ist in Europa, Nordafrika und Asien heimisch. Es wird bereits im 15.Jahrhundert als Arzneipflanze, bei Magendrücken, Herzkrämpfen und lahmen Gliedern empfohlen. In der chinesischen Medizin Leonurus japonicus bei Regelbeschwerden (15-20g)

Wirkungsweise:

Innerlich: Beruhigend, stoffwechselanregend, blutdrucksenkend, entkrampfend

Äusserlich: keine

Verwendung in der Heilkunde:

Innerlich: Herzbeschwerden jeder Art, Schilddrüsenüberfunktion, Angstzustände, Wechseljahrsbeschwerden

Äusserlich: keine

Verwendung in der Küche: keine

Warnhinweise: keine

Mythologischer Hintergrund:

Der Gattungsname Leonurus kommt aus dem Griechischen und setzt sich aus „leon“= Löwe und „oura“=Schwanz zusammen. (zottige Blütenbüschel) „Cardiaca“kommt ebenfalls aus dem griechischen und bezieht sich auf das Haupteinsatzgebiet der Pflanze „kardiacos“= Herz.

