

# Brunellenkraut

<b>Stammpflanze:</b>	Brunelle
<b>botanischer Namen:</b>	Prunella vulgaris
<b>Synonima:</b>	Braunelle, gewöhnliche Brunelle, kleine Brunelle, Prunelle, Gauchheil, Halskraut, Mundfäulekraut, Gottheil, St. Antonikraut,
<b>Familie:</b>	Lamiaceae
<b>Vorkommen/Aussehen:</b>	Europa, Westasien, Nordamerika sonnige Wiesen, Weiden, Waldränder bis 2000m.ü.M. niedere, kriechende Pflanze mehrjährig, unter schützender Laubschicht überwintert
	STENGEL: kantig, 5-30cm hoch
	BLÄTTER: kurz gestielt, länglich eiförmig, abgerundet, meist ganzrandig
	BLÜTEN: blauviolett oder braunrot, Lippenblüten an dickem, rötlichem Blütenstand
	FRÜCHTE: klebrig
	SAMEN: schleimig, selbst nach Verzehr durch Tiere noch keimfähig
<b>Blütezeit:</b>	Juni – September
<b>verwendete Teile:</b>	Prunellae herba
<b>Erntezeit:</b>	Mai - Oktober
<b>Wirkstoffe:</b>	Gerbstoffe Bitterstoffe Flavonoide ätherische Oele Saponin Polysaccharid Prunellin Rosmarinsäure östrogenähnliche Substanzen
<b>Wirkung:</b>	zusammenziehend, entzündungshemmend, stopfend, antibakteriell, antiviral, umstimmend ä: wundheilend, blutstillend
	ROSMARINSÄURE: hautschützend vor UV-Strahlung (Verwendung in Kosmetika)
	FORSCHUNG: Polysaccharid Prunellin soll eine gewisse Aktivität gegen HI-Virus besitzen Lignine zeigen Wirksamkeit gegen Herpes simplex-Stämme, die gegen Acyclovir resistent waren
<b>Anwendung:</b>	Tee, Tinktur, Presssaft, Pulver, Wildkräuterküche ä: Salbe, Paste, Gurgelwasser, Umschlag, Badezusatz



**Zubereitung/Dosierung:** TEE: 1-2 TL pro Tasse, Infus 8-10min ziehenlassen

PULVER: 200-400 mg

BRAUNELLENWASSER: 150g frisches Kraut mit 0.75L kochendem Wasser übergiessen, 8 std. zugedeckt ausziehen, abseihen, mit 70%igem Alkohol bis auf 1L Gesamtflüssigkeit ergänzen

**Volksheilkunde:** Hämorrhoiden, Wunden, Rachenentzündung, Husten, Verschleimung, Verdauungsstörungen

**Bemerkungen:** NAMEN: durch die Verwendung gegen die Hals-Bräune (Diphtherie)

**Humorale Qualitäten:** warm<sup>1</sup>, trocken<sup>1</sup>  
mindert gelbgallig verunreinigtes Phlegma

#### Auswahl an Indikationen:

Indikation	Krankheitsbegriff	innerlich	Spezies
ja = Indikation nein = Kontraindikation		ja = innerlich nein = äusserlich	1 = Mensch 2 = Tier
Ja	Angina	Nein	1
Ja	Blähung	Ja	1
Ja	Durchfall	Ja	1
Ja	Halsentzündung	Ja	1
Ja	Halsentzündung	Nein	1
Ja	Hautentzündung	Nein	1
Ja	Lymphdrüenschwellung	Ja	1
Ja	Lymphdrüenschwellung	Nein	1
Ja	Magendarmentzündung	Ja	1
Ja	Magenkrampf	Ja	1
Ja	Magenschwäche	Ja	1
Ja	Menstruationsbeschwerden	Ja	1
Ja	Mundfäule	Nein	1
Ja	Mundschleimhautentzündung	Nein	1
Ja	Rachenschleimhautentzündung	Nein	1

**Christian Raimann, Juni 2007**  
**www.ch-raimann.ch**