

H&S Darm-Heiltee

Viele Menschen leiden unter einem Reizdarm, dem Colon irritabile mit Blähungen, Darmkrämpfen und Verdauungsunregelmäßigkeiten. Die Reizdarmsymptome werden durch die modernen, häufig sehr ungesunden Lebensumstände mit Kantinenmahlzeiten, hastigem Essen unter Zeitdruck, schwer verdaulichen Speisen von hohem Fettanteil, blähenden Kohlgemüsen oder Hülsenfrüchten, aber auch durch Stress, Tabak, Alkohol oder Kaffee verstärkt. Nahrungsmittelunverträglichkeiten, bedingt durch Lactose- oder Histaminintoleranz, können empfindlichen Personen die Freude an Speis und Trank zusätzlich gründlich verderben.

Wenn Verdauungsspaziergänge, sanfte Bauchmassagen und ein bewusstes Zeitmanagement mit ausreichend langen Ruhephasen nicht ausreichen die Beschwerden zu lindern, kann man versuchen mit Karminativa, also blähungstreibenden Arzneien, den gereizten Darm zu beruhigen. Fenchel-, Anis- und Kümmelfrüchte sind hierzulande bekannte und lange benutzte, gut wirksame Arzneien. Nicht ganz so bekannt als den Darm beruhigende Arzneidroge sind Korianderfrüchte von *Coriandrum sativum*.

Der Korianderanbau hat eine Jahrtausende alte Geschichte. Koriander-Körner wurden in Pharaonen-Gräbern gefunden und in ägyptischen Papyrusschriften sowie in altindischen Sanskrit-Texten erwähnt. Das Wissen um die Wirksamkeit des Korianders hat sich bis heute in der ganzheitlich ausgerichteten, traditionellen indischen Heilkunst, der sogenannten „Ayurveda-Medizin“ erhalten. Ayurvedische Therapie zielt auf ein optimales Gleichgewicht der fünf Elemente „Raum, Luft, Feuer, Wasser und Erde“, die im Organismus mit drei unterschiedlichen Energien, den drei Dosha „Vāta, Pitta und Kapha“ in Einklang zu bringen sind. Die drei Dosha bestimmen nicht nur die körperlichen und geistigen Eigenschaften, sondern erfüllen auch bestimmte Funktionen im Körper.

Vāta ist für Bewegung zuständig, Pitta für Umwandlungsprozesse und Kapha gibt Struktur und Stabilität. Aus Sicht der Ayurveda-Medizin ist ein Reizdarmsyndrom eine Vāta-Störung. Eine Vāta –Konstitution zeichnet sich aus durch kühle, trockende Haut, unregelmäßigen Appetit, Neigung zu Obstipation und Nervosität. Da der Hauptsitz von Vāta der Dickdarm ist, bedeutet ein Übergewicht an Vāta im Organismus, dass es zu Verdauungsproblemen kommt. Folglich werden Speisen und Arzneien verabreicht, die das Pitta stärken, um das Übergewicht von Vāta auszugleichen, beispielsweise mit ätherischen Ölen aus Kümmel, Anis, Fenchel und Koriander, die als warm und das „Verdauungsfeuer anheizende“ Drogen gelten.

Als verdauungsförderndes Gewürz finden Korianderfrüchte vielfältige Anwendung und sind Bestandteil indischer Curry-Gewürzmischungen. In Äthiopien werden die Körner bei der Herstellung von „Berbere“ verwendet, einer dem Currypulver ähnlichen Mischung. Auch in der lateinamerikanischen Küche finden Korianderkörner häufig Verwendung. Im nördlichen Europa wird Koriander genutzt, seit die alten Römer ihn bei der Ausweitung des römischen Reiches über die Alpen brachten.

Das Öl der kleinen, kugelförmigen Korianderfrüchte wirkt krampflösend, blähungslindernd und desinfizierend.

Die Anwendung von H&S Darm-Heiltee kann helfen auf sanfte Weise Darm-Probleme zu verringern. Wichtig ist es, sich bewusst zu machen, dass der Körper nur gesund kann, wenn man ihn dabei durch eine möglichst gesunde Lebensweise unterstützt.

Ihr H&S Apotheken-Team

apotheke@hstee.de

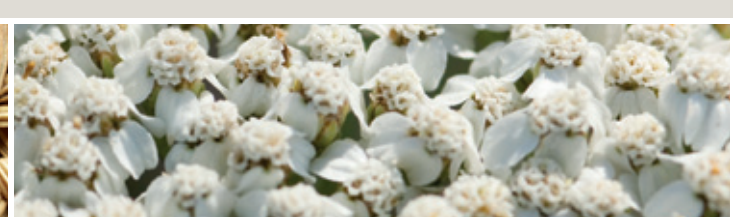
Anwendungsgebiete: Magen- und Darmbeschwerden wie Völlegefühl, Blähungen und leichte krampfartige Magen-Darm-Störungen.

Arzneilich wirksame Bestandteile: Fenchel, Anis, Koriander, Kümmel.

Pharmazeutischer Unternehmer und Hersteller:

H&S Tee-Gesellschaft mbH & Co. · Im Heidach 1
D-88079 Kressbronn/Bodensee · www.Arzneitee.de





Indikationsverwandte Arzneitees



Nr.18 H&S® Fenchel-Anis-Kümmel N

Anwendungsgebiete: Magen- und Darmbeschwerden wie Völlegefühl, Blähungen und leichte krampfartige Magen-Darm-Störungen; nervöse Herz-Magen-Beschwerden.

Arzneilich wirksame Bestandteile: Bittere Fenchelfrüchte, Anisfrüchte, Kümmelfrüchte. *Sonstige Bestandteile:* Melissenblätter, Kornblumenblüten, Ringelblumenblüten, Malvenblüten.

PZN 11213319



Nr.10 H&S® Magen- und Darmtee mild

Anwendungsgebiete: Magen- und Darmbeschwerden wie Völlegefühl, Blähungen und leichte krampfartige Magen-Darm-Störungen; nervöse Herz-Magen-Beschwerden.

Arzneilich wirksame Bestandteile: Schafgarbenkraut, Anis, Fenchel, Kümmel, Kamillenblüten.

PZN 03761426



Nr.17 H&S® Fenchel

Anwendungsgebiete: Verdauungsbeschwerden wie leichte, krampfartige Magen-Darm-Beschwerden, Völlegefühl und Blähungen, sowie bei Katarrhen der oberen Luftwege.

Arzneilich wirksame Bestandteile: Bitterer Fenchel.

PZN 02286041