

## Naturheilkunde

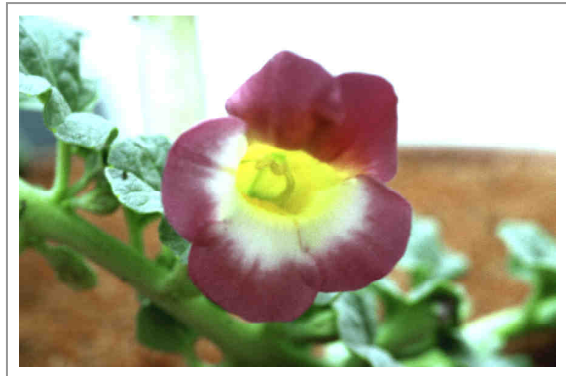
### Die wichtigsten Heilpflanzen

#### ☐ Südafrikanische Teufelskralle

Die Teufelskralle ist in Südafrika und Namibia in der Kalahari Wüste beheimatet.

Es handelt sich hierbei um eine Pflanze, deren bis zu 1,5 Meter lange Triebe flach auf dem Boden liegen. Die großen Blüten sind leuchtend rot gefärbt.

In ihrer Heimatregion wird die Teufelskralle bereits seit langer Zeit als Heilpflanze verwendet. Ihr Name ist auf die holzartigen, kralligen Früchte zurückzuführen.



Südafrikanische Teufelskralle (*Harpagophytum procumbens*)

Zu arzneilichen Zwecken werden die großen und knolligen Wurzeln genutzt. Der Extrakt aus der Teufelskralle besitzt entzündungshemmende, schmerzlindernde und abschwellende Eigenschaften.

Er findet deshalb bevorzugt bei rheumatischen Beschwerden sowie verschleißbedingten Erkrankungen des Bewegungsapparates Anwendung. Hier sind insbesondere auch die weitverbreiteten Rückenschmerzen zu nennen.

Weniger bekannt ist, dass die Teufelskralle durch ihre Bitterstoffe auch bei Verdauungsbeschwerden und Appetitlosigkeit hilfreich sein kann.

#### **Rheuma, Arthrose und Verdauungsbeschwerden**

Extrakt der Teufelskralle wirkt entzündungshemmend, schmerzlindernd und abschwellend. Er kann deshalb Erkrankungen des Bewegungsapparates günstig beeinflussen. Zusätzlich kann die Teufelskralle bei Magen-Darm-Beschwerden hilfreich sein.



# Gesundheitshilfe informiert!

Überreicht von:

Patienteninformation der Deutschen Gesundheitshilfe

## Weitere Informationen

Informationen zu weiteren Heilpflanzen finden Sie auf der Internetseite der Deutschen Gesundheitshilfe unter:

<http://www.gesundheitshilfe.de/gesundheit-az/naturheilkunde/>

Quellenangabe:

Auszüge: Informationsbroschüre zum Apothekergarten der Stadt Hannover (u.a. unter Schirmherrschaft der Deutschen Gesundheitshilfe). Bild: Klosterfrau-Bilddatenbank.

**Wichtiger Hinweis:** Diese Information gibt Hilfestellungen und Anregungen für Ihre Gesundheit. Sie kann und soll das Gespräch mit Ihrem Arzt oder Apotheker aber nicht ersetzen und ist insbesondere nicht als Anleitung zur unkontrollierten Selbstbehandlung gedacht. Für Diagnose und Therapie Ihrer Krankheiten ist grundsätzlich der Arzt zuständig. Verordnete Arzneimittel und Behandlungsmaßnahmen dürfen Sie auf keinen Fall ohne Rücksprache mit Ihrem Arzt ändern oder absetzen. Lesen Sie vor einer Medikamenteneinnahme immer den Beipackzettel. Bei allen Fragen wenden Sie sich bitte stets an Ihren Arzt oder Ihre Apotheke.

**Achtung:** Bitte pflücken Sie Heilpflanzen niemals selbst, wenn Sie sich nicht absolut sicher sind. Verschiedene Heil- und Giftpflanzen sehen sich sehr ähnlich, so dass hier die Gefahr der Verwechslung besteht. Dies kann insbesondere für Kinder und ältere Menschen sehr gefährlich sein. In Ihrer Apotheke erhalten Sie Heilkräuter in gesicherter Qualität.