

Sandelholz, weißes Santalum album Santali albi lignum (M)



wildkraeuterwerkstatt.de/sandelholz-weisses-santalum-album-santali-albi-lignum-m/

Das weiße Sandelholz aus der Familie der Sandelholzgewächse (rotes Sandelholz gehört zu den Schmetterlingsblütlern!) wirkt antibakteriell und krampflösend. Mit seinem unglaublich angenehmen Duft ist es eine ebenso begehrte wie gut wirksame Arzneidroge.

Inhaltsstoffe: Ätherische Öle mit Sesquiterpenalkoholen, Triterpene, Phytosterole.

Wirkungen: Antibakteriell und krampflösend.

Indikationen: Zur Begleittherapie bei Harnwegsinfekten.

Darreichungsformen: Kleingeschnittene Teedroge oder ätherisches Öl.

Tagesdosis: 10-12 g Sandelholz für Abkochungen, 1-1,5 g ätherisches Öl in dünndarmlöslichen Kps. Hinweis: Nicht länger als 6 Wochen einnehmen, sonst können nierentoxische Wirkungen auftreten.

Nebenwirkungen/Gegenanzeigen: Übelkeit, selten Hautjucken / Nierenparenchymerkrankungen.

Präparate: Keine erhältlich.

Teezubereitung: 1-2 Tl. Droge mit 1 Tasse heißem Wasser übergießen und bedeckt 7 Minuten ziehen lassen. Mehrmals täglich 1 Tasse trinken. Aufgrund seines feinen Geschmacks wird Sandelholz bevorzugt in Teemischungen mit anderen harntreibenden oder -desinfizierenden Drogen eingesetzt.

Kommission E: *Adjuvant bei Infekten der ableitenden Harnwege.*

Wildkräuterwerkstatt © 2021 Wildkräuterwerkstatt