



Die Vogelmiere ist ein kleines und zierliches Kraut, in dem viele Menschen leider nur ein Unkraut sehen. Tatsächlich jedoch ist in der Vogelmiere ein hoher Anteil an Vitaminen und Mineralien enthalten.

Die Vogelmiere ist schon seit langer Zeit bekannt für ihre Wirkung gegen allerlei Krankheiten, so hat zum Beispiel Pfarrer Kneipp die Vogelmiere gegen Hämorrhoiden, bei Lungenleiden, und bei Verschleimungen der Nieren und der Blase empfohlen.

Sie wird als Mittel für die Augen empfohlen, das die Sehkraft stärkt, gekochte Vogelmiere soll Blut bilden, zudem soll die Vogelmiere herzschwachen Menschen helfen.

Verwendet wird dazu das oberirdisch wachsende Kraut, das man das ganze Jahr über pflücken kann, auch im Winter.

## DIE VOGELMIERE

### ANWENDUNGSGEBIETE DER VOGELMIERE

Kühlend, abschwellend, schleimlösend, kraftspendend  
Infektionen  
Innere Entzündungen  
Blaseninfektionen  
Halsschmerzen, Husten  
Stärkt Bänder und Sehnen  
Bronchitis  
Entzündungen der Darmschleimhaut  
Asthma, Pickel, Ekzeme,  
Rheuma  
Verbrennungen  
Schnitte  
Wundrose  
Ausschläge  
Insektenstiche  
Wunden  
Konjunktivitis  
Bindehautentzündung  
Überanstrengte, roten Augen  
Rheuma  
Gicht  
Rückenschmerzen  
Schleimbeutelentzündungen

## ANWENDUNGSBEISPIELE DER VOGELMIERE

**Tee mit Vogelmiere** Einen Tee aus Vogelmiere stellt man aus zwei Teelöffeln des getrockneten Vogelmierenkrautes oder auch aus frischem Kraut her, die man in eine Tasse kochendes Wasser gibt und dann für fünf Minuten ziehen lässt, dann absieben.

Übrigens ist frisches Kraut wesentlich besser, man sollte es nutzen, wenn man es zur Hand hat.

**Vogelmieren-Tinktur** Um eine Tinktur mit Vogelmiere herzustellen, nehmen Sie 2 Handvoll geschnittenes Vogelmierenkraut, das Sie in ein Glas geben und mit Schnaps, Wodka oder anderem Alkohol übergießen. Dann bis zu 4 Wochen stehen lassen und danach absieben, schließlich in eine Flasche umfüllen.

**Eine** Vogelmieren-Salbe ...kann gegen Pickel, bei Rheuma, bei Verbrennungen, Ekzemen, bei Schnitten, bei Ausschlägen, Furunkel und Wundrose helfen. Wie man eine solche Vogelmieren-Salbe herstellt, finden Sie hier...

**Als Badezusatz** ...hilft die Vogelmiere das Jucken bei Ausschlägen zu mildern. Stellen Sie dazu einen Liter Tee her und geben Sie diesen Tee dem Badewasser bei.

**Auflagen mit frischem Vogelmieren-Kraut** ... helfen unter anderem bei Insektenstichen, bei Wunden oder Entzündungen. Zerdrücken Sie dazu etwas Vogelmieren-Kraut und geben Sie es auf die betroffenen Stellen. Durch die in der Vogelmiere enthaltenen Stoffe, u.a. Vitamine und Mineralien, wird beschädigtes Gewebe erneuert, Entzündungen und Schwellungen wird vorgebeugt bzw. sie bilden sich zurück. Übrigens sollen solche Auflagen auch bei einer Bindehautentzündung und bei überanstrengten, roten Augen helfen. Des weiteren werden Auflagen empfohlen bei Rheuma, Gicht, Rückenschmerzen und Schleimbeutelentzündungen.