

4. Ausscheidung: Nieren und Blase

Kanadische Goldrute

Solidago canadensis

Die Kanadische Goldrute ist das „Nierenmittel erster Wahl“! Sie regt die Nieren rasch zur Leistungssteigerung an und wirkt leicht krampflösend. Bei entzündlichen Erkrankungen eignet sie sich hervorragend zur Durchspülungstherapie. Sie treibt Harnsteine sowie Nierengriess aus, lindert Schmerzen, wirkt antibakteriell, pilzhemmend und reguliert das Immunsystem. Selbst als Gurgellösung bei Entzündungen des Mund- und Rachenraums usw. wird die Kanadische Goldrute angewendet.

Den Weg von Nordamerika nach Europa fand die Kanadische Goldrute im 17. Jahrhundert. Der berühmte deutsche Arzt Johann Gottfried Rademacher (1772-1850) erkannte die harntreibende Wirkung der Goldrute.

Weitere Heilpflanzen zu diesem Thema: Ackerschachtelhalm (*Equisetum arvense*), Bärentraube (*Arctostaphylos uva-ursi*), Brennessel (*Urtica dioica*), Liebstöckel (*Levisticum officinale*)



Foto: Franziska Wawer