



Leberfreund - kleiner Schwedenbitter

Bereits im Kräuterbuch von Johann Popp (1629) Rezepte von Paracelsus (Theophrastus Aureolus Bombastus von Hohenheim), finden sich viele der heute verwendeten Kräuter. Die im 17. und 18. Jahrhundert lebenden schwedischen Ärzte Dr. Samst und Dr. Hjärne griffen - unabhängig voneinander - die Rezeptur aus der Überlieferung auf: das Kräuterelixier "Bitterer Schwedentropfen" aus Extrakten von elf Kräutern, deren vielseitige Wirkungen sich in der Mischung noch steigern. **Maria Treben**, österreichische Pflanzenkundlerin und tiefreligiöse Frau, entdeckte den Trank in den 70er Jahren neu. Er wird in ihrem Buch "*Gesundheit aus der Apotheke Gottes*" in vielen äußerlichen und innerlichen Anwendungen erwähnt. Durch die vielfältige Wirkung dieser wertvollen Kräuterrezeptur, galt der Schwedenbitter als wichtiges **Universalheilmittel** in der Natur- und Erfahrungsmedizin.

Wofür sind Schwedenkräuter gut?

Der Geschmack von Schwedenkräutern ist bitter, daher auch die andere Bezeichnung Schwedenbitter. Bitter sind Schwedenkräuter deshalb, weil viele der verwendeten Kräuter dieser Mischung über einen hohen Anteil an **Bitterstoffen**, verfügen, die vor allem dafür bekannt sind, die Produktion von Magen- und Gallensäften, Bauchspeicheldrüse und Leber anzuregen – was wiederum mit der Ankurbelung von Stoffwechsel- und Verdauungsvorgängen einhergeht.

Andere **Inhaltsstoffe** in den Schwedenkräutern wirken zudem antibakteriell und antiseptisch, wirken durchblutungsfördernd, kühlend und wärmend, sind reich an Aminosäuren, Vitaminen, Mineralstoffen, ätherischen Ölen, Enzymen, Gerbstoffen und Harzen, oder wirken schleimlösend, entzündungshemmend, wundheilend, entkrampfend, abführend und schmerzlindernd – wie bspw. die Salicylsäure im Bibergeil, die in der Lage ist Schmerzen zu lindern.

Die Verwendungsarten des Schwedenbitter nach Maria Treben:

Der Schwedenbitter kann sowohl äußerlich als auch innerlich verwendet werden. Die folgenden Verwendungsvorschläge stammen von Maria Treben, die du in ihrem Buch "*Gesundheit aus der Apotheke Gottes*" nachlesen kannst.

Innerlich wird Schwedenbitter insbesondere bei Verdauungsproblemen wie Blähungen, Verstopfungen, Durchfall oder Völlegefühl verdünnt eingenommen.

- Zur Vorbeugung nimmt man morgens und abends je einen Teelöffel Schwedenbitter verdünnt.
- Bei Unpässlichkeiten jeder Art können 3 Teelöffel verdünnt genommen werden.
- Bei stark eingeschränktem Wohlbefinden sollen 2 bis 3 Esslöffel täglich wie folgt eingenommen werden: je 1 Esslöffel verdünnt mit 1/8 Liter Kräutertee verteilt auf eine halbe Stunde vor und eine halbe Stunde nach einer Mahlzeit.

Schwedenbitter Anwendung innerlich

- Immunsystem stärken
- Erkältungskrankheiten, Schnupfen, Husten und Halsschmerzen
- Schlaflosigkeit
- Abgespanntheit
- Appetitlosigkeit
- Magen, Darm und Verdauungsproblemen
wie Blähungen, Magenkrämpfe, Durchfall, Verstopfungen, oder Völlegefühl
- Schwacher Kreislauf
Kreislaufschwäche vorbeugen. Blutreinigende und kreislaufstärkende Wirkung
- Gegen Übersäuerung
- Menstruationsbeschwerden und –krämpfen
- Leber-, Gallen- und Nierenerkrankung
- Gelbsucht
- Rheuma
- Gicht
- Neurodermitis
- Blutarmut
- Ödeme

Äußerlich: Bei Verstauchungen, Zerrungen, Prellungen, Hexenschuss, Hämorrhoiden und kleineren Verbrennungen wird ein mit Schwedenbitter getränktes Tuch auf die schmerzende Stelle gelegt oder betupft, die vorher mit einer fetthaltigen Salbe eingecremt wurde. Gleiches gilt für die partielle Behandlungen von Pickeln, Herpes und Insektenstichen. werden. Das und bei Erkältungen, und um die Wundheilung zu fördern.

- Äußerliche Verwendung: Zu behandelnde Hautpartien werden zum Schutz vor Hautreizungen vorher eingefettet. Am besten mit Ringelblumensalbe, dies hat einen zusätzlichen Effekt für die Haut, oder einfach mit Kokosfett, Schweinefett oder Ähnlichem. Anschließend trinkt man ein Stück Watte oder ein Zellstofftuch mit dem Schwedenbitter und legt dieses auf die zu behandelnde Stelle auf. Mit Frischhaltefolie abdecken oder fixieren, so behält der Umschlag seine Feuchtigkeit und unerwünschte Verfärbungen von Kleidungsstücken etc. wird vermieden. Die Kräuter lässt man je nach Ursache 2 bis 4 Stunden einwirken. In schwierigen Fällen kann der Umschlag auch über die Nacht einwirken.

Anmerkung: Schwedenkräuter färben Haut und Stoff leicht gelblich. Dies bitte beachten! 😊

Schwedenkräuter Anwendung äußerlich

- Muskelzerrungen und Verspannungen jeglicher Art
- Prellungen, Blutergüsse, Verstauchungen, Beulen und Schwellungen
- Kopfschmerzen und Halsschmerzen
- Migräne und Schwindel

- Insektenstiche - gegen Schwellung und lindern von Schmerz sowie Juckreiz
- Zahnschmerzen und Zahnfleischprobleme – gurgeln mit verdünnten Schwedenbitter
- Verletzungen der Haut: Narben, Wunden, Brandwunden
- Akne, Pickel, Herpes, Ausschläge und Furunkel
- Nagelbettentzündung
- Gegen Altersflecken (Pigmentflecken) vorbeugen oder zum Aufhellen bereits vorhandener - mit Schwedenbitter betupfen
- Warzen und Hühneraugen - mit Schwedenbitter unverdünnt betupfen oder aufpinseln
- Hämorrhoiden
- Entzündungen und Vereiterungen
- Hexenschuss und Rückenschmerzen
- Rheuma
- Erkältungen und einhergehende Symptome werden behandelt, indem Schwedenbitter per Gesichtsdampfbad inhaliert, bzw. gurgeln, um den Mund- und Rachenraum von Bakterien und Viren zu „bereinigen“
- Zahnfleischproblemen - gurgeln mit verdünntem Schwedenbitter
- Zur Gesichtsreinigung - mit Wasser im Verhältnis 1:1 verdünnen

Die Kräutermischung von Maria Treben enthält:

- Sennesblätter
- Wermut
- Myrrhe
- Naturkampfer
- Rhabarberwurzel
- Safran
- Manna
- Zittwertwurzel
- Theriak venizian
- Angelikawurzel
- Eberwurz

Herstellung des „Kleinen Schwedenbitter“:

Die Mischung aus diesen 11 getrockneten Kräutern wird mit hochwertigem Alkohol (wir verwenden 40prozentigen Weingeist) versetzt und in weithalsige Glasflaschen gefüllt. Dieser Ansatz bleibt für mehrere Wochen an einem sonnigen bzw. warmen Platz stehen – je länger umso intensiver wird das Ergebnis in seiner Wirksamkeit. Mindestens einmal täglich wird jede Flasche kräftig geschüttelt. Dies trägt dazu bei, dass die Wirkstoffe aus den Kräutern effektiv an den Alkohol abgegeben werden. Abschließend wird der Ansatz durch ein Sieb oder ein Mulltuch abgeseiht und in kleine Braunglasflaschen gefüllt, welche sorgfältig verschlossen werden und an einem kühlen Platz bis zur Verwendung gelagert werden. Auf diese Weise beträgt die Haltbarkeit viele Jahre, so er nicht schon vorher verbraucht wird! 😊

*Die Informationen hier können nicht den Besuch beim Arzt ersetzen.
Ziehe bei ernsthaften oder unklaren Beschwerden unbedingt deinen
Arzt oder Apotheker zu Rate!*