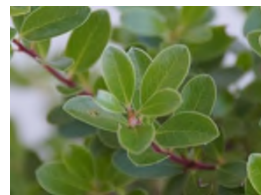


## Heilpflanzen bei Harnwegs- oder Prostatabeschwerden

Viele Frauen kennen die Beschwerden einer Blasenentzündung, viele Männer die im Alter auftretenden Beschwerden einer beginnenden Prostatavergrößerung. In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie mit Heilpflanzen solche Beschwerden lindern oder ihnen vorbeugen können und wann ärztliche Abklärungen notwendig sind.



### Kursbeschreibung:

In den Nieren wird der Harn produziert, der über die Harnleiter, Harnblase und Harnröhre aus dem Körper ausgeschieden wird. Diese ableitenden Harnwege können von verschiedenen Erkrankungen betroffen sein, wie Entzündungen oder Engungen, z.B. durch eine vergrößerte Prostata.



In kurzen Theorieblöcken erhalten Sie einen Überblick über Aufbau und Funktion der Nieren, Harnwege und Prostata und lernen wichtige Krankheitsbilder kennen. Sie erfahren, welche Pflanzen bei Harnwegs- oder Prostatabeschwerden eingesetzt werden, was dabei zu beachten ist und wann weitergehende fachliche Abklärungen notwendig sind. Im Heilkräutergarten können Sie diese Pflanzen kennenlernen. Für Ihre Hausapotheke stellen Sie Produkte her, die bei Harnwegs- oder Prostatabeschwerden eingesetzt werden. Die Theorie und alle Rezepte sind in den Kursunterlagen enthalten.

### Datum, Kurszeiten:

**Samstag, 18. September 2021**  
09.00 bis 17.00 Uhr (6.5 Std à 60 Min.)

### Inhalte:

- Überblick über Aufbau und Funktion der Nieren, Harnwege und der Prostata.
- Heilpflanzenanwendungen bei Harnwegs- oder Prostatabeschwerden
- Besuch im Heilkräutergarten: Kennenlernen von Pflanzen, die bei Harnwegs- oder Prostatabeschwerden eingesetzt werden
- Ausführliche Pflanzenportraits: Bärentraube, Brennnessel und Kürbis
- Kurzportraits von fünf weiteren Heilpflanzen
- Praxisteil: Herstellung verschiedener Kräuterprodukte für Harnwegs- oder Prostatabeschwerden
- Übungen, Rätsel sowie Rückschau auf den Kurs

### Ziele:

- Sie kennen verschiedene Heilpflanzen, die bei Harnwegs- oder Prostatabeschwerden eingesetzt werden und können deren Wirkprinzipien erklären.
- Sie können pflanzliche Produkte herstellen, die bei Harnwegs- oder Prostatabeschwerden hilfreich sind.
- Sie können die Bärentraube, die Brennnessel und den Kürbis charakterisieren (Botanische Merkmale, Inhaltsstoffe, Wirkmechanismen, Anwendungsmöglichkeiten).

### Voraussetzungen:

keine

### Mitbringen:

Mittagsverpflegung (die Küche steht zur Verfügung, Restaurant im Dorf vorhanden)

### Verpflegung:

Für Znüni und Zvieri ist gesorgt

### Kosten:

CHF 180.- (inklusive Kursmaterial, ausführliches Skript, Zwischenverpflegung, Kursbestätigung)

### Kursleitung:

Liselotte und Beat Baumgartner

### Anzahl Teilnehmende:

Min. 4, max. 12 Teilnehmer/-innen

### Zertifikatsanrechnung:

Ja

### Zahlungs- und Rücktrittsbedingungen:

Eine Anmeldung ist verbindlich. Bei Abmeldung oder bei Nichterscheinen werden Annullationsgebühren verrechnet (Details siehe Anmeldeformular).