

# Mutterkraut lindert Kopfschmerzen

**Persönliche Beratung** | DDr. Bettina Wendl gibt Frauen hilfreiche Tipps bei migräneartigen Kopfschmerzen.

Viele Frauen leiden an migräneartigen Kopfschmerzen. In klinischen Studien wurde als Auslöser ein Absinken des Östrogenspiegels gefunden. Dem monatlichen Auf und Ab der Hormone mit herkömmlichen Schmerzmitteln zu begegnen, führt nicht immer zum Erfolg. Oft wird mit Schmerzmitteln erst recht eine regelrechte Schmerzspirale ausgelöst. Die Schmerzmittel selbst verursachen Kopfschmerzen.

## Mutterkraut wirkt direkt an den Gefäßen

Mit Mutterkraut (*Tanacetum parthenium*) lassen sich migräneartige Kopfschmerzen vorbeugen. Mutterkraut wirkt am Ursprung der Entstehung des pochenden Kopfschmerzes, nämlich an den Gefäßen. Mutterkraut hemmt die Erweiterung der Blutgefäße und verhindert die Entzündungsvorgänge, die Migräne verursachen. Somit kann Mutterkraut die Häufigkeit der Migräneattacken verringern sowie auch



DDr. Bettina Wendl berät Sie gerne.

*Foto: privat*

gänzlich vorbeugen. Zudem lindert es die Begleiterscheinungen der Migräne wie Übelkeit und Erbrechen. Da sich die Wirkung kontinuierlich aufbaut, sollte Mutterkraut über viele Monate in ausreichender Dosierung von 100 mg eingenommen werden. Das Kraut ist gut verträglich. Für Menschen mit Allergien gegen Korbblütler allerdings nicht geeignet.

Werbung