



## Chanca piedra (*Phyllanthus niruri*)



Übersetzt heißt Chanca piedra „Steinezertrümmerer“.

Chanca piedra ist ein kleines, aufrechtes wachsendes jährliches Kraut, das ca. 30-40 cm hoch wird. Es ist heimisch in den Regenwäldern des Amazonas und anderer tropischer Gebiete. Es gehört zu den Heilpflanzen, die in Paraguay schon von den Ureinwohnern benutzt wurden.

Die Pflanze hat ovale Blätter und kleine, gelbgrüne Blüten. Chanca piedra ist ein gutes Beispiel für Morphologie, von der gesprochen wird, wenn die Form einer Pflanze auf den Effekt hinweist, den sie auf den Körper hat. Chanca piedra trägt steinähnliche Beeren unter ihren Blättern und ist speziell angezeigt für die Ausscheidung von Gallen und Nierensteinen.

Chanca piedra wurde bisher sehr häufig in der Herbalmedizin (*Pflanzenheilkunde*) der Südamerikaner



verwendet.

Peruanische Phytotherapie verwendet sie bei Hepatitis, Harnwegeentzündungen und als Diuretikum.

Neben Peru wird auch in anderen tropischen Regionen Südamerikas, Chanca piedra seit Langem zur Gesundheitsförderung verwendet. Zur Stärkung der Leber bereiten die Peruaner aus der getrockneten und zerkleinerten Pflanze einen Tee zu, der mit Zitronensaft versetzt und viermal am Tag getrunken wird.

Brasilianische Naturheilkunde nennt sie Quebra Piedra und benutzt sie als ein ausgezeichnetes Mittel zum Abbau der Harnsäure und zur Eliminierung der Harnsteine, für eine Verbesserung der Wasserabführung, bei Nieren- und Harnwegsinfektionen, Gelenkschmerzen, Cystitis und Prostatitis, Hepatitis und Diabetes.

Wissenschaftliche Untersuchungen in Brasilien belegen, dass Blätter und Stängel der Staude das Alkaloid Phyllanthosid enthalten. Diesem Alkaloid wird eine spasmolytische Wirkung zugeschrieben. So konnte nachgewiesen werden, dass Phyllanthosid die glatte Muskulatur, insbesondere des Darms, entspannen kann. Dieser Effekt ist eventuell die Ursache dafür, dass Chanca piedra die Steinaustreibung fördern könnte. Auch äußerlich wird die tropische Pflanze in Amerika häufig angewandt, unter anderem bei Hautekzemen, Juckreiz oder Wunden.

In Indien, wo es Budhatri genannt wird, ist Chanca piedra ein oft benutztes Hausheilmittel für Asthma, Bronchitis, Husten, extremen Durst, Tuberkulose und Gelbsucht. Chanca Piedra ist dort ein traditionelles ayurvedisches Mittel zur Behandlung von Leber-, Herz- und Kreislaufbeschwerden sowie bei Hepatitis B.

Chanca piedra wurde seit Anfang der 60er Jahre zum Objekt vieler Forschungen zur Festlegung der aktiven Stoffe und Erklärung der pharmakologischen Aktivitäten. Indische und brasilianische Forschungsgruppen gehörten zu den ersten, was sie der langjährigen Tradition der heimischen Bevölkerung verdanken.

Dr. Wolfram Wiemann aus Nürnberg hat mehr als 100 Fälle präsentiert bei den Chanca piedra in 94% erfolgreich zur der Eliminierung der Steine eingesetzt wurde (Maxwell, N., 1990). Der Leber schützenden (*antihepatotoxische*) Aktivität wurden zwei Bestandteilen zuerkannt - Phyllanthin und Hypophyllanthin, die in einer Studie von indischen Forschern im Jahr 1985 beschrieben wurden.

Die Chanca piedra ist eine vollständige und natürliche Behandlung zur Prävention und Behandlung von Steinen im gesamten urologischen System. Die Steine können in den Harnwegen überall auftreten und verursachen Verstopfung, Schmerzen, Koliken, Entzündungen und sekundären Infektionen.

Genutzte Teile der Pflanze: Blatt, ganze Pflanze

Nähere Erläuterung eines Apothekers auf YouTube [https://www.youtube.com/watch?v=Ji2BJ\\_fF0gE](https://www.youtube.com/watch?v=Ji2BJ_fF0gE)

### Heilwirkung

Die wichtigsten Inhaltsstoffe sind Lignane (darunter Phyllanthin und Hypophyllanthin), Alkaloide und vor allem Chinolizidinalkaloide, Flavonoide (Rutin) und Tannine.

Chanca piedra hat diuretische (harntreibend), spasmolytische (krampflösend) und entzündungshemmende Wirkungen. Er senkt den Blutdruck und Blutzuckerspiegel und fördert die Leberfunktionen.

Chanca piedra hat Ende der 80er Jahre weltweite Aufmerksamkeit auf sich gelenkt, durch ihrer Wirksamkeit gegen Hepatitis B. Klinische Studien wurden an Kindern mit Infektionshepatitis durchgeführt und haben vielversprechende Ergebnisse gebracht. In einer indischen Studie aus dem Jahr 1992 wurde die Deaktivierung der Hepatitis B mit Hilfe von Chanca piedra bewiesen.



## Anwendung

Chanca piedra-Extrakt reduziert die Größe von Kalziumkristallen und beugt der Zusammenballung von Kalziumkristallen vor. Dadurch wirkt Chanca piedra am Anfangsstadium der Kristallformierung und hält die Kristallformationen in einer Größe, die eine leichte und schmerzfreie Ausscheidung möglich macht. Weiterhin wurden Alkaloide gefunden, die die spezifischen Eigenschaften haben, die Muskeln um die Harn- und Gallenwege zu entspannen, was die Ausscheidung von Steinen ohne Schmerzen erleichtert.

Chanca piedra bewirkt eine Reduktion der Cholesterinsynthese der Leber und erhöht dabei die Absonderung der Gallensäure. Dieser Effekt auf das Blut und der schützende Effekt auf die Leber wird den zwei Verbindungen Phyllanthin und Hypophyllanthin zugeordnet.

Außer, daß ein Blätteraufguss ein sehr guter Steinzerstörer ist (Nierensteine, Blasensteine) und in Südamerika nicht aus dem Kräuterrepertoire der Kräuterfrauen und Naturheiler wegzudenken ist, hilft er auch bei vielen anderen Krankheiten. Ein richtiges Multitalent. Hier eine kleine Auflistung der Krankheiten, bei denen Chanca Piedra hilft:

Nierenleiden, Koliken, Diabetes, Ruhr, Fieber, Grippe, Tumoren, Scheidentzündungen, Verdauungsstörungen, Hepatitis, Harnwegserkrankungen, starke Harnsäure, Asthma, Bronchitis, Husten, Anämie, Tuberkulose.

Das Hauptaugenmerk ist auf jeden Fall die Wirkung bei Nierensteinen und auch anderen Steinen. Zu deren Beseitigung kann gut der Ackerschachtelhalm, die Brennnessel und Alfalfa (*Schneckenklee*) beigemischt werden.

## Zubereitung als Tee:

Auf 1 Liter siedendes Wasser kommen 1 Esslöffel (2g) des Tees, 10 Minuten ziehen lassen und abseihen. Der Tee soll 3x täglich mindestens einen Monat hindurch oder bis zum Abklingen der Beschwerden getrunken werden.

Bereits nach 10 tägiger Anwendung kann eine signifikante Blutzuckerreduktion bei Diabetikern nachgewiesen werden.

## Nebenwirkungen:

Chanca piedra kann zu Unterzuckerung führen. Es kann bei Langzeiteinnahme in hohen Dosierungen zu Defiziten im Mineral- und Elektrolythaushalt führen.

**Nicht während der Schwangerschaft verwenden, er kann uterine Kontraktionen auslösen.**



## Aktuelles

### Vorträge/Veranstaltungen:

- **Donnerstag 29. Januar 2015** 19<sup>00</sup> Uhr  
**Kräuterstammtisch:** Das Heilkraut Jiaogolan und seine Verwendung in den Räumen der Camphill-Ausbildungen, 88699 Frickingen, Lippertsreuterstr. 14a
- **Samstag 31. Januar 2015** 15<sup>00</sup> - 17<sup>30</sup> Uhr  
**Studienkreis Heilen:** Die Lehren von Sanat Kumara, Schritte zur Selbstverwirklichung 88699 Frickingen, Lippertsreuterstr. 14a, Anmeldung: manfred.markgraf@email.de

^

*Hinweis: Dieser Infobrief von Pflanzenfreunden ist nicht als alleinige Grundlage für gesundheitsbezogene Entscheidungen vorgesehen. Bei gesundheitlichen Beschwerden nehmen Sie Heilpflanzenanwendungen nicht ohne Absprache mit einem Arzt oder Apotheker vor. Bei Erkrankungen von Tieren konsultieren Sie einen Tierarzt.*

### Literaturhinweis:

[http://naturkraeuter.com/product\\_info.php?products\\_id=33](http://naturkraeuter.com/product_info.php?products_id=33)

<http://freestevia.com/Chancapiedra.html>

[http://www.energy.sk/de/menu\\_x5506x.asp](http://www.energy.sk/de/menu_x5506x.asp)

<http://www.oro-verde.info/lexikon/doku.php?id=chancapiedra>

<http://www.regenbogenkreis.de/shop/regenwaldkraeuter/chanca-piedra-kraut.html>