

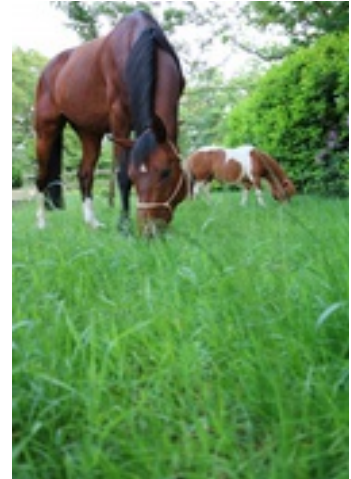
10 Kruiden voor paarden



Kruidengeneeskunde voor paarden

In de natuur weten paarden precies welke bomen, planten en kruiden ze moeten eten om niet ziek te worden. En als ze ziek zijn, weten ze welke bomen, planten of kruiden ze moeten eten om weer beter te worden. Door goed naar de paarden in het wild te kijken en hun gedrag te observeren, zijn wij mensen steeds beter geworden in het genezen van onze paarden met behulp van de natuur.

Kruidengeneeskunde (fytotherapie) maakt gebruik van de kracht van bomen, planten en kruiden als geneesmiddel, het is de oudste geneeswijze die we kennen. Ongeveer veertig procent van de moderne, chemisch vervaardigde geneesmiddelen zijn synthetische varianten van bomen, planten en kruiden. Een mooi voorbeeld hiervan is de wilg. De bast van de wilg bevat salicine, de synthetische variant van salicine kennen we allemaal onder de naam aspirine. In de praktijk blijkt dat aspirine een hoop bijwerkingen geeft, terwijl het natuurproduct wilgenbast dat veel minder heeft. Het is dus beter om het natuurproduct te nemen in plaats van het synthetische product. Paarden knabbelen graag op wilgentakken wanneer ze niet lekker zijn, omdat wilgentakken koorts verlagend en pijnstillend werken.



Van oorsprong kennen paarden heel goed de mogelijkheden en werkzaamheid van de natuur. Ze weten precies welke specifieke grassen, bladeren, bomen, kruiden, planten of wortels ze wanneer moeten eten om bijvoorbeeld de spijsvertering te bevorderen, koorts te verlagen of pijn te bestrijden.



In het wild is dit voor de paarden natuurlijk een stuk makkelijker, omdat ze dagelijks tijdens het grazen grote afstanden afleggen en een ruim aanbod van kruiden op hun weg tegenkomen. Tegenwoordig hebben paarden vaak geen ruime keuze meer uit verschillende planten en kruiden. Hun voeding komt uit de fabriek en de bodem van de weide bevat vaak weinig voedingsstoffen. Dat is de reden dat ik de gezondheid van mijn paarden vaak ondersteun met kruiden. Ik heb speciale plantenbakken met kruiden aangelegd voor

de paarden. De paarden mogen wanneer ze dat zelf willen onbepaald snoepen van deze kruiden. Zelf pluk ik deze kruiden om ze toe te voegen aan het paardenvoer of om er een tinctuur mee te maken. Kruiden zijn fantastisch om het lichaam te ondersteunen en te helpen bij genezingsprocessen.

De voordelen van kruiden zijn:

- Dat ze 100% natuurlijk zijn.
- Paarden zijn planteneters, de kruiden worden daarom goed opgenomen door het lichaam.
- Synthetische middelen kunnen belastend zijn voor de lever en maag.
- Er zit van nature veel smaak aan planten en kruiden waardoor een paard ze gemakkelijker eet.
- Planten en kruiden kennen veel minder bijwerkingen dan synthetische varianten.

In het [boek Kruiden voor paarden](#), lees je meer over hoe je met behulp van bomen, planten, kruiden, het mineralen buffet en aromatherapie de gezondheid van je paard kan ondersteunen met de kracht van de natuur.

KRUIDEN VOOR PAARDEN: MUNT

Een van mijn favoriete kruiden voor paarden is munt. Je kunt munt het hele jaar door geven maar vooral in het najaar en de winter heeft je paard er veel baat bij.

In het najaar wanneer de paarden weer meer op stal komen te staan, krijgen ze soms last van spijsverteringsklachten door de overgang van gras naar (meer) hooi, stro en krachtvoer. Munt is dan een fijn kruid om je paard te geven om de gezondheid te helpen ondersteunen.

Munt werkt stimulerend, ontstekingswerend, verkoelend en gaat krampen tegen. Perfect voor paarden met een slechte eetlust, krampen, verteringsproblemen, maagproblemen en winderigheid. Munt werkt desinfecterend bij ontstekingen en infecties door de antibacteriële werking en daarnaast werkt munt wormafdrijvend waardoor het ondersteunend werkt wanneer je je paard behandelt tegen wormen.

Wanneer je paard gevoelig is voor koliek, kan munt verlichting geven. Munt kalmeert de maag en kan de doorstroming weer op gang brengen. Het stimuleert de gehele spijsvertering en bevordert de werking van de lever, darmen en gal. Munt werkt ondersteunend dus niet als vervanger van de behandeling van de dierenarts!!!



Munt werkt verkoelend wanneer paarden hoesten of last hebben van de luchtwegen, het vermindert de hoestprikkel. Als je paard hoest, kan je zelf een spray maken van water, honing en muntolie en deze vernevelen over het hooi. Munt bevat vitamine B, etherische olie, looistoffen en bitterstoffen.

Daarnaast doet munt het altijd goed in de tuin of op het balkon, het is een mooie groene plant die ook nog lekker ruikt. Munt kan je natuurlijk ook perfect gebruiken voor jezelf! In de zomer lekker

een paar takjes munt in een glas koel water, in de winter wanneer het sneeuwt of vriest, maak je er verse thee van met honing (en een scheutje rum ;-)), bij veel gerechten of een bolletje ijs smaakt verse munt heerlijk.

Dosering: 15 tot 20 gram gedroogde munt of 1 tot 2 handen verse munt per dag.

Kruiden geef je in een kuur van 3 tot 6 weken. Merk je na 3 weken geen resultaat dan kun je ermee stoppen, merk je wel resultaat dan kun je ervoor kiezen om ermee door te gaan of om de kruiden zo af en toe als een kuur van een paar weken te geven ter ondersteuning van de gezondheid van je paard.

In het [boek Kruiden voor paarden](#), lees je meer over hoe je met behulp van bomen, planten, kruiden, het mineralen buffet en aromatherapie de gezondheid van je paard kan ondersteunen met de kracht van de natuur.

KRUIDEN VOOR PAARDEN: ROZEMARIJN

Een veelzijdig en lekker geurend kruid wat ik zelf regelmatig inzet bij paarden om de gezondheid te ondersteunen is rozemarijn. Rozemarijn is een kruid met een positief effect op de bloedsomloop. Ik geef rozemarijn in het najaar / winter wanneer de paarden weer langer op stal staan, minder kunnen bewegen en daardoor dikke (stal)benen kunnen krijgen.

Rozemarijn is goed voor de bloedsomloop, dus ook te gebruiken voor paarden die last hebben van bloedarmoede of hartritmestoornissen, maar rozemarijn is ook goed om het bloed te reinigen. Door de bloedreinigende werking is het een ideaal kruid om te geven bij ziekte. De desinfecterende werking van rozemarijn helpt virussen en bacteriën preventief aanpakken. Bij een ziek paard natuurlijk altijd even overleggen met je dierenarts.



Rozemarijn heeft een antibacteriële en schimmeldodende werking, waardoor het ook perfect is als ondersteuning wanneer je paard een schimmelinfectie heeft. Zo kan je je paard van binnen en van buiten behandelen bij een schimmelinfectie waardoor het effect van de behandeling versterkt wordt.



Rozemarijn stimuleert de levenskracht, het pept je op en zorgt dat je weer wat vrolijker bent en beter in je vel zit. Voor vermoeide paarden, paarden die ziek zijn geweest en paarden die niet lekker in hun vel zitten, geeft rozemarijn wat meer energie en kracht. Rozemarijn werkt stimulerend op de nieren, gal, pancreas en lever.

Rozemarijn bevat veel etherische olie, saponinen, looistoffen en mineralen (als calcium, bitterstoffen, vitamine B en organische zuren).

Dosering: verse rozemarijn 1 hand en gedroogde rozemarijn 15 gr per dag. NIET BIJ DRACHTIGE MERRIES!!!

Kruiden geef je in een kuur van 3 tot 6 weken. Merk je na 3 weken geen resultaat dan kun je ermee stoppen, merk je wel resultaat dan kun je ervoor kiezen om ermee door te gaan of om de kruiden zo af en toe als een kuur van een paar weken te geven ter ondersteuning van de gezondheid van je paard.

In het [boek Kruiden voor paarden](#), lees je meer over hoe je met behulp van bomen, planten, kruiden, het mineralen buffet en aromatherapie de gezondheid van je paard kan ondersteunen met de kracht van de natuur.

KRUIDEN VOOR PAARDEN: PAARDENBLOEM

Paardenbloemen waren vroeger magische bloemen, mensen die hun lichaam insmeerden met paardenbloemen zagen hun wensen uitkomen!

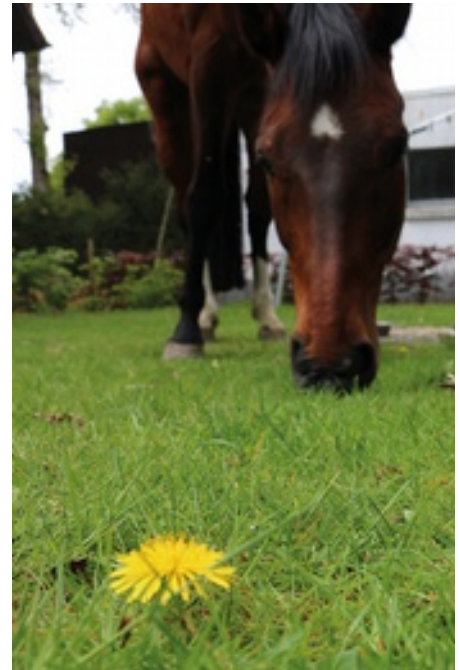
Paardenbloemen vind je bijna overal en zijn goed voor de gezondheid van onze paarden. Paardenbloemen hebben een sterk zuiverende werking waardoor ze ook wel pispbloemen genoemd worden.

De paardenbloem bevat veel mineralen, vitamine B, C en E. Ze bevorderen de spijsvertering, helpen bij een gebrek aan eetlust en door de zuiverende werking zijn ze perfect bij een overbelaste lever. Door de urinezuur eliminerende werking kun je ze ook geven aan paarden met artrose.

Paardenbloemen helpen het lichaam ontgiften en laten de vacht glanzen.

Dosering; gedroogde paardenbloem 30 gr per dag. Door de vochtafdrijvende werking paardenbloem liever niet dagelijks gebruiken bij drachtige merries.

Kruiden geef je in een kuur van 3 tot 6 weken. Merk je na 3 weken geen resultaat dan kun je ermee stoppen, merk je wel resultaat dan kun je ervoor kiezen om ermee door te gaan of om de kruiden zo af en toe als een kuur van een paar weken te geven ter ondersteuning van de gezondheid van je paard.



In het [boek Kruiden voor paarden](#), lees je meer over hoe je met behulp van bomen, planten, kruiden, het mineralen buffet en aromatherapie de gezondheid van je paard kan ondersteunen met de kracht van de natuur.

*Ondersteun de gezondheid van je
paard met de kracht van de natuur*

KRUIDEN VOOR PAARDEN: BRANDNETEL

Vers geplukt of gedroogd, brandnetels zijn perfect om aan je paard of pony te geven. Er zijn paarden die zelf de topjes van de brandnetels snoepen, maar meestal pluk ik ze zelf voor mijn paarden en laat ik ze even liggen. Zodra de brandnetels slap worden is de prik en van af en leg ik ze bij de paarden op het hooi. Vaak zijn de brandnetels binnen een uur opgegeten en soms blijven ze wat langer liggen. De paarden bepalen zelf wat goed voor ze is.

Brandnetels hebben een vochtafdrijvende werking en helpen bij gewrichtsproblemen om het urinezuur af te voeren. Brandnetels zijn bloedzuiverend waardoor afvalstoffen beter worden afgevoerd. Daarnaast bevorderen ze de spijsvertering en darmwerking. Door de bloedzuiverende werking kan je ze geven bij allergische reacties, om te reinigen, bij spierkramp, bevangenheid en insuline resistentie.

Ik heb zelf zeer positieve ervaringen met (verse) brandnetels. Een paar jaar geleden kreeg mijn paard een allergische reactie op een kruidje in de wei (denk ik), waardoor zijn gezicht helemaal opzwol, mijn paard was veranderd in een nijlpaard.

En zoals altijd mankeren mijn paarden iets wanneer mijn dierenarts op training is. Gelukkig was ze er telefonisch, om me bij te staan met raad en advies. Ze heeft ervoor gezorgd dat er een andere dierenarts stand-by stond om indien nodig langs te komen om mijn paard een cortisone injectie te geven, indien nodig.



Ik ben mijn paard een uitgebreide manuele lymfedrainage behandeling gaan geven om zoveel mogelijk vocht af te voeren. Ik heb hem veel verse brandnetels en paardenbloemen gegeven, ook weer om het vocht zo veel mogelijk af te voeren. Na 1 uur begon hij al iets minder opgezwollen te worden. En na 2 uur voelde hij zich gelukkig al weer wat beter. Het heeft uiteindelijk nog 2 à 3 dagen geduurd voor mijn paard weer helemaal in vorm was. Maar wel fijn dat ik met behulp van de dierenarts zelf, op een natuurlijke manier, deze allergische reactie kon behandelen.

Brandnetels zijn rijk aan vitamine A, C, D en K. Ze bevatten veel mineralen en calcium, kalium, magnesium, koper, silicium en ijzer. Brandnetels bevatten histamine, wat helpt bij paarden met allergieën tegen de jeuk.

Kruiden geef je in een kuur van 3 tot 6 weken. Merk je na 3 weken geen resultaat dan kun je ermee stoppen, merk je wel resultaat dan kun je ervoor kiezen om ermee door te gaan of om de kruiden zo af en toe als een kuur van een paar weken te geven ter ondersteuning van de gezondheid van je paard.

In het [boek Kruiden voor paarden](#), lees je meer over hoe je met behulp van bomen, planten, kruiden, het mineralen buffet en aromatherapie de gezondheid van je paard kan ondersteunen met de kracht van de natuur.

KRUIDEN VOOR PAARDEN: KAMILLE

Kamille is een plantje dat eigenlijk voor iedere paardeneigenaar onmisbaar is in de tuin of weide. Het is een veelzijdig kruid waar je vele kanten mee op kunt. Je kunt kamille vers, gedroogd of als kamillewater (koude thee) gebruiken bij je paard.

Nerveuze, gespannen paarden kunnen veel baat hebben bij kamille. Kamille werkt ontspannend en kalmerend op het zenuwstelsel van paarden waardoor stress en angst verminderen zonder het prestatievermogen te beïnvloeden. Ideaal dus voor wedstrijdpaarden.

Voor paarden met stijve gewrichten kan kamille ondersteunend werken bij het soepel houden van gewrichten en verminderen van gewrichtspijn.

Daarnaast is kamillewater / koude thee perfect te gebruiken bij huidirritaties zoals mok, eczeem, insectenbeten, allergieën.



Veel mensen kennen kamillewater vooral door de jeukstillende werking bij geïrriteerde of ontstoken ogen maar kamille werkt ook heel goed bij ontstekingen van maag- en damslijmvlies omdat kamille een gunstige invloed heeft op de darmflora. Het verbetert de spijsvertering, verhelpt gasvorming en verlicht buikpijn.

Kamillewater is een effectief middel bij het schoonmaken van de huid en/of ogen. De antiseptische werking helpt beginnende ontstekingen tegengaan.



Kamillewater kan je gemakkelijk zelf maken door 2 handjes kamillebloemen in een grote kop te doen en er kokend water over te gieten. Laat het 20 minuten intrekken en goed laten afkoelen. Daarna het kamille water met een papieren koffiefilter of keukenpapier zeven om de grove deeltjes eruit te zeven (om te voorkomen dat er deeltjes in de ogen komen die kunnen irriteren). Met een schoon doekje of washandje (ik heb altijd schone washandjes in stal liggen, ook handig om vieze neuzen e.d. schoon te maken) kan je het kamillewater voorzichtig deppend aanbrengen om de schoon te maken. In een goed afsluitbaar (kunststof) flesje, kan je het kamillewater in je stalkast bewaren.

Kamille kan je natuurlijk ook gebruiken om voor jezelf verse thee te zetten, de voordelen voor het paard gelden ook zeker voor de mens.

Dosering: verse kamille 2 handjes per dag, gedroogde kamille 30 gram per dag.

Kruiden geef je in een kuur van 3 tot 6 weken. Merk je na 3 weken geen resultaat dan kun je ermee stoppen, merk je wel resultaat dan kun je ervoor kiezen om ermee door te gaan of om de kruiden zo af en toe als een kuur van een paar weken te geven ter ondersteuning van de gezondheid van je paard.

In het [boek Kruiden voor paarden](#), lees je meer over hoe je met behulp van bomen, planten, kruiden, het mineralen buffet en aromatherapie de gezondheid van je paard kan ondersteunen met de kracht van de natuur.

KRUIDEN VOOR PAARDEN: MARJOLEIN

Zoals jullie weten ben ik erg enthousiast over de kracht van kruiden en maak ik graag gebruik van verse kruiden om de gezondheid van mijn paarden te ondersteunen. Een kruid wat ik regelmatig adviseer aan paardeneigenaren is marjolein. Marjolein heeft een kalmerende werking op het zenuwstelsel waardoor nerveuze paarden rustiger worden.

Daarnaast werkt marjolein desinfecterend, wekt het eetlust op en stimuleert het de spijsvertering. Perfect voor paarden met dunne mest maar ook voor paarden met bloedarmoede kan marjolein ondersteuning geven vanwege het hoge ijzergehalte en de zuiverende, desinfecterende en versterkende werking.

Bij hoestende paarden combineer ik kruiden als tijm en munt met marjolein vanwege de ontsmettende werking op de luchtwegen.



Daarnaast is marjolein een natuurlijk preventief ontwormingsmiddel omdat het parasieten verdrijft. Je kan dit kruid geven in combinatie met een wormenspuit.

Ook kan marjolein een positief rustgevend effect hebben bij overmatige hengstigheid of schijndracht bij merries. Hier heb ik zelf geen praktijkervaring mee omdat mijn paarden ruïnen zijn.

Marjolein bevat vitamine C, etherische olie, veel ijzer en calcium.

Dosering; verse marjolein 1 tot 2 handen per dag en van gedroogde marjolein 25 tot 30 gram per dag.

Kruiden geef je in een kuur van 3 tot 6 weken. Merk je na 3 weken geen resultaat dan kun je ermee stoppen, merk je wel resultaat dan kun je ervoor kiezen om ermee door te gaan of om de kruiden zo af en toe als een kuur van een paar weken te geven ter ondersteuning van de gezondheid van je paard.

In het [boek Kruiden voor paarden](#), lees je meer over hoe je met behulp van bomen, planten, kruiden, het mineralen buffet en aromatherapie de gezondheid van je paard kan ondersteunen met de kracht van de natuur.

*Paarden weten precies welke boom,
kruid of plant ze moeten eten om
niet ziek te worden*

KRUIDEN VOOR PAARDEN: KLEEFKRUID

Kleefkruid is een plantje dat bijna iedereen wel kent. Het kleeft op kleding en is daarmee een leuk kruid voor plaagspelletjes en je kunt er natuurlijk als kind tekeningen mee maken op je kleding :-). Maar kleefkruid heeft ook een geneeskrachtige werking voor paarden.

Vanwege de opschonende werking wordt kleefkruid ook wel 'lymfekruid' genoemd. Kleefkruid is een fijn kruid om het lymfesysteem te ondersteunen en te versterken omdat het vol vitaminen en mineralen zit die de afvoer van afvalstoffen en vocht stimuleert. Door de vochtafdrijvende eigenschappen wordt kleefkruid vaak gegeven aan paarden met gallen, vocht in de benen en stalbenen. Daarnaast heeft het een bloedzuiverende en ontstekingsremmende werking en draagt het bij aan soepele gewrichten.



Kleefkruid is rijk aan silica en helpt om de gezondheid van de huid en de vacht te verbeteren, daarom wordt het vaak gegeven aan paarden met huidaandoeningen zoals bijvoorbeeld zomereceem.

Silica helpt ook lichaamsvreemde stoffen uit het lichaam op te ruimen, zoals zand uit de darmen bij paarden die te veel zand binnen krijgen bij bijvoorbeeld hun voeding.

Naast silica is kleefkruid rijk aan calcium, koper, jodium, en natrium

Dosering: 40 tot 50 gram gedroogd kleefkruid per dag.

Kruiden geef je in een kuur van 3 tot 6 weken. Merk je na 3 weken geen resultaat dan kun je ermee stoppen, merk je wel resultaat dan kun je ervoor kiezen om ermee door te gaan of om de kruiden zo af en toe als een kuur van een paar weken te geven ter ondersteuning van de gezondheid van je paard.

In het [boek Kruiden voor paarden](#), lees je meer over hoe je met behulp van bomen, planten, kruiden, het mineralen buffet en aromatherapie de gezondheid van je paard kan ondersteunen met de kracht van de natuur.

*Kruidengeneeskunde maakt gebruik van
de geneeskrachtige werking van bomen,
planten, bloemen en kruiden*

KRUIDEN VOOR PAARDEN: WEEGBREE

Onbewust heeft (bijna) iedereen de smalle en of de grote weegbree in de tuin of weide staan. De smalle en de grote weegbree lijken wat betreft de werking erg op elkaar, alleen heeft de grote weegbree een bijna rond blad en de smalle een langwerpige blad. Wij hebben weegbree in de weide staan maar ik heb een extra portie smalle weegbree in mijn paardenkruidensnoeptuintje staan, waar de paarden onbeperkt van de kruiden mogen snoepen.

In het najaar en winter helpt weegbree bij luchtweginfecties en het herstellen van de longen. Bij ontstekingen en zweren aan de maag, en darmen helpt weegbree, maar ook om de spijsvertering en stoelgang te ondersteunen. Daarnaast helpt weegbree de nieren en urinewegen om overtollig vocht en afvalstoffen af te voeren.

Weegbree bevat veel mineralen zoals kalium en zink, is rijk aan vitamine C en K en je kan het probleemloos aan je paard geven. Je vindt zowel de smalle als de grote weegbree terug in veel weiden en grasvelden. Paarden eten er dan ook graag van.

Als je paard gevoelig is voor zandkoliek of als je zelf gevoelig bent voor gluten, heb je vast wel van psylliumzaad of vlozaad gehoord. Dit zijn de zaden van de weegbree, deze zaden helpen bij een goede stoelgang en zijn perfect als je last hebt van verstopping.

Weegbree is het hele jaar door te vinden, dus laat je paard er lekker van eten, het helpt de natuurlijke weerstand te verbeteren. Een gezond paard heeft een betere weerstand en zal daardoor minder bevattelijk zijn voor ziekten.

Kruiden geef je in een kuur van 3 tot 6 weken. Merk je na 3 weken geen resultaat dan kun je ermee stoppen, merk je wel resultaat dan kun je ervoor kiezen om ermee door te gaan of om de kruiden zo af en toe als een kuur van een paar weken te geven ter ondersteuning van de gezondheid van je paard.

In het [boek Kruiden voor paarden](#), lees je meer over hoe je met behulp van bomen, planten, kruiden, het mineralen buffet en aromatherapie de gezondheid van je paard kan ondersteunen met de kracht van de natuur.



Geneesmiddelen kunnen belastend zijn voor de lever en maag. Planten en kruiden zijn 100% natuurlijk en geven minder bijwerkingen

www.paardennatuurlijk.com