

04 Anwendungsgebiet: Herz-Kreislauf-System / Durchblutung

- **Salbei** Siehe Beet 01

- **Herbstanemone** Siehe auch Beet 01

- **Schöllkraut**

Systematik:

Das Schöllkraut, botanisch *Chelidonium majus*, ist eine Pflanzenart aus der Familie der Mohngewächse (Papaveraceae).

Verwendung:

Volkstümlich wird der Pflanzensaft von Schöllkraut äußerlich und innerlich verwendet. Äußerlich nativ oder zu Salben verarbeitet gegen Hautkrankheiten wie Warzen, innerlich wird das getrocknete Kraut gegen Gallensteine und leichte Leberbeschwerden verwendet. Zubereitungen aus der Krautdroge werden gegen krampfartige Beschwerden des Magen-Darm-Traktes und der Gallenwege eingesetzt.

Wirkung:

Schöllkraut enthält mehrere Alkaloide, mit antiviraler, antibakterieller, antimykotischer und entzündungshemmender, sowie schwach zytotoxischer Wirkung. Der Pflanzensaft und Salbe haben eiweißauflösende (proteolytische) Wirkung, weshalb sie gegen Warzen eingesetzt werden. Sie sollten nicht großflächig eingesetzt werden, da sie stark reizend wirken. Die leicht spasmolytischen Wirkungen der Alkaloide erklären den Einsatz gegen krampfartige Beschwerden. Vor der Eigenmedikation wird jedoch gewarnt, da Schöllkraut bei innerlicher Anwendung die Leber schädigen kann.

Trivia: -

-**Rotdorn, Weißdorn**

Systematik:

Rotdorn, eine Kulturform des Zweigriffeligen Weißdorns, botanisch *Crataegus laevigata*, gehört zur Familie der Rosengewächse (Rosaceae).

Verwendung:

Rot- und Weißdorn werden gegen chronische Herzinsuffizienz eingesetzt.

Wirkung:

Crataegus-Arten enthalten Flavonoide und Procyanidine, die stärkend auf die Pumpleistung des Herzens wirken. Weil die endotheliale NO-Synthese gesteigert wird, erweitern Rot- und Weißdorn die Koronararterien, was den peripheren Widerstand absenkt und so schützend auf das Herz wirkt.

Trivia: -

-**Knoblauch**

Systematik:

Knoblauch, botanisch *Allium sativum*, ist eine Pflanzenart der Lauch-Gattung (*Allium*) aus der Familie der Amaryllisgewächse (Amaryllidaceae).

Verwendung:

Knoblauch wird gegen erhöhte Lipidwerte und zur Vorbeugung von Atherosklerose verwendet.

Wirkung:

Inhaltsstoffe des Knoblauchs senken die Blutfett- und die Cholesterinwerte. Knoblauch beugt daher Atherosklerose vor. Knoblauch beinhaltet die Aminosäure Alliin. Sowohl Alliin, als auch sein Abbauprodukt Allicin wirken bakterio-statisch.

Trivia:

Knoblauch wurde in Deutschland zur Arzneipflanze des Jahres 1989 gewählt.

- **Lavendel**

Systematik:

Der Echte Lavendel, botanisch *Lavandula angustifolia*, ist eine Pflanzenart aus der Familie der Lippenblütler (Lamiaceae).

Verwendung:

Auszüge aus Lavendelblüten werden beispielsweise als Badezusatz gegen Kreislaufstörungen, Unruhezustände, nervöse Erschöpfung, Einschlafstörungen, Migräne sowie nervösen Magen-Darm- und Gallenbeschwerden verwendet. Lavendelöl wird auch als Einreibung gegen rheumatische Beschwerden eingesetzt.

Wirkung:

Die wirksame Hauptkomponente in Lavendelöl ist das (R)-(-)-Linalylacetat. Es wirkt leicht antibakteriell und antifungizid. Lavendelöl ist leicht hautreizend, daher der Einsatz gegen rheumatische Beschwerden.

Trivia:

2008 wurde Echter Lavendel zur Heilpflanze des Jahres gewählt.

2020 wurde Echter Lavendel zur Arzneipflanze des Jahres gewählt.