

07 Anwendungsgebiet: Sonstige

- **Pfingstrose** Siehe Beet 02

- **Elfenblume** Siehe Beet 02

- **Mädesüß**

Systematik:

Mädesüß, botanisch *Filipendula ulmaria*, gehört zur Familie der Rosengewächse (Rosaceae).

Verwendung:

Das getrocknete Kraut wird zumeist als Tee aufgegossen und innerlich verwendet, kann aber auch als Badezusatz äußerlich verwendet werden. Vorwiegend zur unterstützenden Behandlung von Erkältungskrankheiten, aber auch gegen entzündliche Schmerzen.

Wirkung:

Mädesüß-Blüten enthalten Salicylsäure-Verbindungen, die eine schmerzstillende, entzündungshemmende und antimikrobielle Wirkung zeigen. Die in den Blüten auch enthaltenen Gerbstoffe wie Ellagitannin wirken schützend auf Schleimhäute.

Trivia: -

- **Zitronenthymian**

Systematik:

Das "x" im botanischen Namen zeigt es an: Der Zitronen-Thymian, botanisch *Thymus × citriodorus*, ist eine Hybride ("Mischung") aus *Thymus pulegioides* und *Thymus vulgaris*, in der Familie der Lippenblütler (Lamiaceae).

Verwendung:

Zitronen-Thymian wird getrocknet und als Tee aufgegossen oder als Zitronen-Thymianöl innerlich verwendet. Er wirkt krampflösend, verdauungs- und durchblutungsfördernd.

Wirkung:

Die Inhaltsstoffe ähneln denen der "Mutter"-Thymianarten, sind aber nicht identisch. Zitronen-Thymian enthält neben ätherischen Ölen mit Thymol, Geraniol, Linalool und Borneol auch viele Gerbstoffe. Gemeinsam mit der in den Blättern enthaltenen Rosmarinsäuren entfalten sich antioxidative und antibakterielle Wirkung.

Trivia: -

- **Zaubernuss**

Systematik:

Die Virginische Zaubernuss, botanisch *Hamamelis virginiana*, gehört zur Familie der Zaubernussgewächse (Hamamelidaceae).

Verwendung:

Extrakte der Pflanze, sowie getrocknete Rinde und Blüten werden äußerlich gegen leichte Hautverletzungen, lokale Entzündungen der Haut und Schleimhäute, Hämorrhoiden und Krampfadernbeschwerden verwendet. Volkstümlich werden Tee-Aufgüsse auch innerlich bei Durchfallerkrankungen eingesetzt.

Wirkung:

Die in der Pflanze vorkommenden ätherischen Öle, Flavonoide und Gerbstoffe vermitteln eine blutstillende, entzündungshemmende, adstringierende und Juckreiz stillende Wirkung.

Trivia: -

- **Eisenkraut**

Systematik:

Das Echte Eisenkraut, botanisch *Verbena officinalis*, gehört zur Familie der Eisenkrautgewächse (Verbenaceae).

Verwendung:

Getrocknetes Eisenkraut wird als Tee aufgegossen innerlich gegen Husten und Verdauungsstörungen, volkstümlich wird Eisenkraut-Öl auch äußerlich gegen Rheuma eingesetzt.

Wirkung:

Unter anderem enthält die Pflanze neben Bitterstoffen sogenannte Iridoid-Glykoside wie Verbascosid, die antioxidative, antimikrobielle und blutdrucksenkende Eigenschaften aufweisen. Da eine klare pharmazeutische Wirkung nicht nachgewiesen werden konnte, wird die Pflanze hauptsächlich volkstümlich verwendet.

Trivia:

Auch wenn der Name es andeutet: die Pflanze enthält kein Eisen.

- Schneeball

Systematik:

Der Gewöhnliche Schneeball, botanisch Viburnum opulus, gehört zur Pflanzengattung der Schneebälle (Viburnum) in der Familie der Moschuskrautgewächse (Adoxaceae).

Verwendung:

Die Rinde wird getrocknet und aufgebrüht gegen Störungen der Regelblutung eingesetzt.

Wirkung:

Wirksame Inhaltsstoffe sind Gerb- und Bitterstoffe, Glykoside, Pektin und Anthocyane. Die Substanzen wirken krampflösend und harntreibend.

Trivia: -