



Arnikablüte

Drogenbezeichnung:

Arnicae flos

Volkstüml. Namen:

Gemsblume, Johannisblume, Konnesblume, Wolfsblume, Donnerblume, Ochsenblume, Wundkraut, Stichkraut, Fallkraut, Bergwurz, Engelkraut, Wilder Wegerich, Sternblume

Stammpflanze:

Arnica montana L.

Botan. Pflanzenfamilie:

Korbblütengewächse - Asteraceae (Compositae)

Verwend. Pflanzenteile:

Blüten, Wurzel

Herkunftsländer:

Süddeutschland, Tschechien, Norditalien, Russland, Mittelasien, Nordamerika

Inhaltsstoffe:

Bitterstoffe (Arnicin), Sesquiterpenlactone (Helenalinester), ätherisches Öl, Flavonoide, Procyanidine, Cholin



Pflanze



Droge

Anwendungsbereiche:

äußerlich: bei stumpfen Verletzungen (Prellungen, Blutergüssen, Verstauchungen), oberflächlichen Venenentzündungen, Entzündungen im Mund- und Rachenraum, rheumatischen Beschwerden, Entzündungen nach Insektenstichen

Teezubereitung (Aufguss): keine innerliche Anwendung!

1-2 Teelöffel Arnikablüten mit einem ¼ lt. kochendem Wasser übergießen, ziehen lassen und nach 10 Minuten abseihen.

Spülungen für Mund und Rachen:

½ Teelöffel Arnikatinktur (s. u.) in 1 Glas lauwarmes Wasser geben oder mit Arnikatee gurgeln (nicht schlucken!).

Arnikatinktur:

Getrocknete Arnikablüten mit 70%igem Alkohol im Verhältnis 1:10 übergießen. Nach 14 Tagen abseihen und die gewonnene Flüssigkeit nach weiteren 10 Tagen klar filtrieren.

Für **Umschläge und Einreibungen** nimmt man 1 Teelöffel Arnikatinktur auf einen ¼ lt. Wasser - gelegentlich kann es bei der Anwendung zu Hautreizungen kommen. Diesen kann vorgebeugt werden, indem man mehrmals täglich die mit Arnikatinktur behandelten Stellen zusätzlich mit Öl einreibt. Kein Dauergebrauch!

Besondere Warnhinweise:

- * Arnika kann allergische Reaktionen auslösen (Hautausschlag mit Juckreiz und Bläschenbildung)!
- * Innerliche Gaben von Arnika als Teeaufguss oder als Tinktur sollen nur nach ärztlicher Verordnung erfolgen! Vor allem während einer Schwangerschaft ist von einer innerlichen Anwendung dringend abzuraten! Die Einnahme größerer Mengen kann zu Schweißausbrüchen, Herzrhythmusstörungen oder gar zum Kollaps führen!
- * Arnika kann bei geschädigter Haut zu ödematösen Hautentzündungen und Bläschenbildung führen!