

Kräuter - ABC

Wildkräuter oder Unkräuter

	Ihre Wirkung:
Löwenzahn	Bitterstoffe und Gerbstoffe wirkt bei Appetitlosigkeit sowie Magen- und Darmbeschwerden, Förderung des Gallenflusses, harntreibend
Sauerampfer	Ideal für die Frühjahrskur, zur Blutreinigung und gegen Hauterkrankungen
Brunnenkresse	Gut zur Frühjahrskur und für die Atemwege
Brennnessel	Bitterstoffe, Gerbstoffe, Carotinoide, Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente, sehr positiv für den Organismus, aktiviert den Stoffwechsel, Giftstoffe werden aus dem Körper abtransportiert. Dadurch werden Rheuma und Gicht gelindert, Nieren gespült, enthält sehr viel Kalzium (gut für Haut, Haar und Knochen) und Vitamin C (schützt vor Erkältung)
Gänseblümchen	Entzündungshemmend, schleimlösend, zur Hautheilung und für Wundkompressen und Gurgellösungen
Bärlauch	Gegen Pilze und Bakterien, senkt den Cholesterinspiegel, lindert Atemwegserkrankungen und Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse
Dill	Antibakteriell, krampflösend, verdauungsfördernd, appetitanregend, zur allgemeinen Stärkung des Organismus
Pfefferminze	Lindert Blähungen und Krämpfe, senkt den Blutdruck, stimuliert das Nervensystem, hat eine stark desinfizierende Wirkung
Petersilie	Für Frauenbeschwerden, Blähungen und als Magenmittel
Kapuzinerkresse	Ausgezeichnetes Mittel gegen Harn- und Atemwegserkrankungen
Liebstockel	Harntreibend, unterstützt die Ausscheidung von Salzen, lindert Entzündungen der unteren Harnwege, schleimlösend bei Erkältungen, löst Harnsteine auf, wirkt gegen Blähungen und bei unregelmäßiger Menstruation
Rosmarin	Vermindert Blähungen und Krämpfe der Verdauungsorgane, harntreibend, hebt den Blutdruck, stärkt das Herz, erhöht die Gallenproduktion, beseitigt Müdigkeit und Erschöpfung
Vogelmiere	Wirkt als Stärkungsmittel in der Rekonvaleszenz, harn- und schweißtreibend, bei Hautentzündungen, Wunden, Akne und Ekzem, bei Angina
Frauenmantel	Hilft bei verschiedenen Beschwerden von Frauen wie Menstruations- und Wechseljahresbeschwerden, aber auch bei Neigung zu Fehlgeburten, beruhigend bei Hämorrhoiden und Krämpfen im Verdauungstrakt, harntreibend, stoppt Nasenbluten
Thymian	Unterstützt das Abhusten und die Desinfektion der Atemwege
Spitzwegerich	Gegen Atemwegsentzündungen mit Schleimbildung, Magen- und Darmgeschwüre, Verdauungsstörungen, die Samen senken den Blutzucker
Schnittlauch	Desinfizierend, für Verdauung und Harnorgane