



## Heilblumen : so wirken Blüten

Heilpflanze (Beispiele)	Wirkstoff	Anwendung bei
Arnikablüte (Arnicae flos)	Bitterstoffe	Stumpfe Verletzungen
Bitterorangenblüte (Aurantii amari flos)	Ätherische Öle	Nervosität und Einschlafstörungen
Ringelblume (Calendulae flos)	Ätherische Öle	Schlecht heilende Wunden
Römische Kamille (Chamomillae romanae flos)	Ätherische Öle	Magen-/Darmstörungen
Weissdornblüten (Crataegi flos)	Flavonoide	Leichte Herz-/Kreislauf- Beschwerden (Blüten und Blätter)
Heublumen (Graminis flos)	Flavonoide	Wärmetherapie bei rheumatischen Erkrankungen
Katzenpfötchen (Helichrysi flos)	Flavonoide	Verdauungsbeschwerden
Hibiskus (Hibisci sabdariffae flos)	Pflanzensäuren	Erkältungsbeschwerden (Beschönigungsdroge)
Lavendel (Lavandulae flos)	Ätherische Öle	Nervosität, Einschlafstörungen
Hopfenzapfen (Lupuli strobulus)	«Hopfenharz»	Unruhe, Schlafstörungen
Malvenblüten (Malvae sylvestris flos)	Schleimstoffe	Schleimhautreizungen im Mund-/Rachenraum, trockener Reizhusten
Kamillenblüten (Matricariae flos)	Ätherisches Öl	Haut- und Schleimhautentzündungen
Schlüsselblume (Primulae flos)	Saponine, Flavonoide	Katarrhe der Luftwege
Holunderblüten (Sambuci flos)	Ätherisches Öl	Erkältungskrankheiten
Mädesüss (Spiraeae flos)	Flavonoide	Erkältungskrankheiten
Lindenblüten (Tiliae flos)	Flavonoide	Erkältungskrankheiten
Königskerze (Verbasci flos)	Schleimstoffe	Trockener Reizhusten

Quelle: Drogistenstern/Booklet Heilende Blüten