

Loe



[www.neurodermisportal.de](http://www.neurodermisportal.de)

Die Aloe Vera ist eine vielseitige Heilpflanze, die in Wüstengegenden heimisch ist. Durch ihre dicken, fleischigen Blätter erinnert die Aloe an Kakteen, sie ist aber eine Lilienart.

Der Ursprung der Aloe Vera ist bis heute nicht ganz geklärt. Es wird vermutet, dass ihre Heimat auf der arabischen Halbinsel oder in Afrika zu finden ist.

In Mittelamerika, Indien und den angelsächsischen Ländern gehört Aloe Vera seit Jahrhunderten zur Naturapotheke. Mit dem frischen Gel behandeln die Menschen dort Sonnenbrand, Frostbeulen, Abschürfungen, kleine Schnitte, Blasen, leichte Verbrennungen und auch Ausschlag.

Eine Reihe klinischer Studien gibt den Volksmedizinern Recht. Die im Pflanzensaft enthaltenen Kohlenhydrate können die oberflächliche Hautheilung beschleunigen, Salizylsäure kann leichte Entzündungen hemmen. Das Gel eignet sich jedoch nicht für die Behandlung von tiefen Wunden.



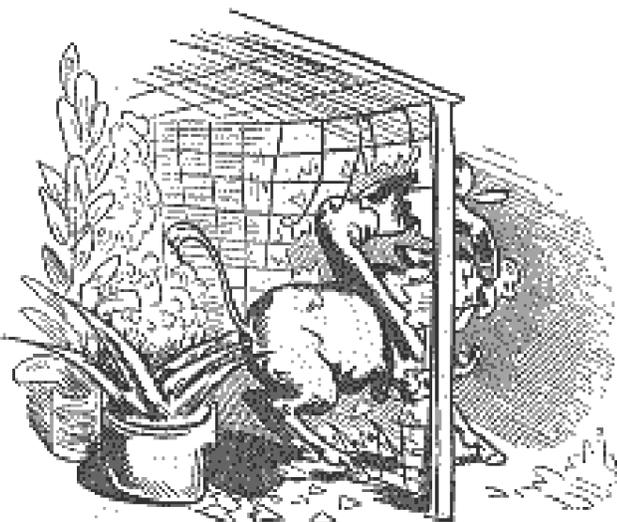
[www.gesundheit-service-2000.de](http://www.gesundheit-service-2000.de)



[www.healthyfoodhouse.com](http://www.healthyfoodhouse.com)

In Mitteleuropa boomt seit Anfang des neuen Jahrtausends die Verwendung der Aloe Vera, und man findet sie in zahlreichen Lebensmitteln und Kosmetika.

Allerdings fehlen überzeugende wissenschaftliche Belege für eine Stärkung des Immunsystems und für Heilerfolge bei ernstesten Erkrankungen. Vor allem die Einnahme des aus dem Pflanzensaft gewonnenen Harzes wird wegen möglicher Nebenwirkungen von Mediziner kritisch gesehen.



Mittel aus dem Harz der Aloe Vera waren lange Zeit beliebte Abführmittel. In der Schwangerschaft sollten Produkte aus dem Harz jedoch keinesfalls angewendet werden, weil der Wirkstoff Aloin vorzeitige Wehen und sogar Fehlgeburten auslösen kann.

*Da steht die bittere Aloë,  
Setzt man sich drauf, so tut es weh.*

Aus: Münchener Bilderbogen Nro. 472,  
„Vetter Franz auf dem Esel“ von Wilhelm Busch

# A

# rnika



Abbildung aus "Flora von Deutschland, Österreich und der Schweiz" von Prof. Dr. Otto Wilhelm Thomé, Gera 1885

www.ecx.images-amazon.com



www.cepolina.com

Die Arnika ist eine sehr stark wirkende Heilpflanze, die vorwiegend in den Bergen wächst. In Deutschland ist die Arnika so selten, dass sie auf der Roten Liste der gefährdeten Arten steht und daher nicht gesammelt werden darf.

Obwohl die Arnika schon sehr früh als Heilpflanze für Mensch und Tiere genutzt wird, gibt es nur wenig schriftliche Aufzeichnungen.

Da die Arnika-Blüte an die Sonne erinnert, wurde die Pflanze auch für Schutzzauber eingesetzt.



www.static.panoramio.com

Der Durchbruch der Arnika in der Pflanzenheilkunde kam erst durch den bayrischen Pfarrer und Wegbereiter der Naturheilkunde, Sebastian Kneipp. **Zitat:** "Arnika ist nicht mit Gold zu bezahlen."

Das Haupt-Einsatzgebiet der Arnika ist die äußerliche Anwendung, vor allem gegen stumpfe Verletzungen wie Prellungen und Verstauchungen und bei rheumatischen Muskel- und Gelenksbeschwerden

verwendet. Die Anwendung ist dabei zugelassen und klinisch belegt. Dazu macht man am besten Umschläge mit verdünnter alkoholischer Tinktur oder einem wässrigen Auszug. Die innere

Anwendung in Form von Tee ist nicht zugelassen.

Arnika wurde früher dem Schnupftabak zugesetzt, denn die getrockneten Blätter reizten die Nasenschleimhäute.

Für *Arnica montana* L. sind eine Reihe von Trivialnamen bekannt: Bergwohlverleih, Engelkraut, Fallkraut, Kraftwurz, Wundkraut, Wolfsblume, Leopard's Bane (engl.), Mountain Tobacco (engl.)



www.1.bp.blogspot.com