

Arnika Die Echte *Arnika* (*Arnica montana*), Arzneipflanze des Jahres 2001



Die echte Arnika, auch Bergwohlverleih genannt ist eine vielseitige Heilpflanze und steht unter Naturschutz.

In der Naturheilkunde nimmt Arnika einen Stellenwert in der Behandlung von Prellungen, Blutergüssen, Sportverletzungen, Sonnenbrand und Insektenstichen.

Auch die Behandlung von Rheumabeschwerden sprechen gut auf Arnika in Form von Salben und Tinkturen an.

Die Heilpflanze darf nur äußerlich angewendet werden. Für Kleinkinder, Schwangere und Allergiker gegen Korbblütler ist die Arnikapflanze verboten.

Arnikatinkturen bitte nie großflächig unverdünnt anwenden da dies zu Bläschenbildung und Hautentzündungen führen kann.

Die pflanzlich heilende Wirkstoffe sind:

- Sesquiterpenlactone vom Helenanolid-Typ
- Flavonoide
- ätherisches Öl (mit Thymol)
- Phenolcarbonsäuren sowie Cumarine

Die pflanzlich heilende Wirkstoffe wirken:

- wundheilungsfördernd
- entzündungshemmend
- schmerzlindernd

Arnika Aufguss

Zutaten:

2-4 TL(1-2Gramm) Arnikablüten aus der Apotheke

100 ml Mineralwasser oder destilliertes Wasser

1 TL NUAD ®

Arnikablüten mit heißem Wasser übergießen und 5-10 Minuten ziehen lassen.

Abseihen und abkühlen lassen und mit 1 TL NUAD Öl® vermischen.

In eine Glasflasche füllen, kühl und dunkel lagern.

Bei Insektenstiche, Prellungen etc. für kühlende Umschläge verwenden

Hinweis: Schwangere, Stillende und Kinder sollten auf Arnika verzichten.

Arnika bitte nie innerlich anwenden. Homöopathische Verdünnungen sind aber harmlos.

Wenn Sie Fragen haben, zögern Sie nicht uns persönlich zu kontaktieren oder fragen Sie Ihren Arzt/Apotheker.



NUAD®

Ein Tropfen bewegt Ihre Welt

Nuad - OneForLove GmbH

Kapellenweg 19 - D-84347 Pfarrkirchen - Tel.: +49-8561-3033711/12 - Fax: +49-8561-3033713

info@oneforlove.de www.oneforlove.de