

Sonnenhut (Echinacea)



Unterstützt das Immunsystem reguliert Entzündungen

Der Sonnenhut ist in Nordamerika beheimatet, seine 3 Arten sind dort zahlreich zu finden. Bei uns ist der Sonnenhut als Zierpflanze in unsern Gärten zu finden.

Purpurfarbener Sonnenhut – Echinacea purpurea (L.) Moench
Blasser Sonnenhut – Echinacea pallida (Nutt)
Schmalblättriger Sonnenhut – Echinacea angustifolia DC.

In Laborversuchen fanden Wissenschaftler raus, dass Echinacea Viren, Pilze und Bakterien bekämpfen kann. Echinacea unterstützt die Botenstoffe des Immunsystems und wirkt entzündungshemmend.

Die pflanzlich heilende Wirkstoffe sind:

- Echinacoside
- Kaffeesäurederivate
- Polyethine
- Flavonoide: Rutin, Kämpferol, Quercetin
- ätherisches Öl
- Alkamide (nicht im Blassen Sonnenhut)

Die pflanzlich heilende Wirkstoffe wirken:

- immunisierend
- entzündungshemmend
- viren- und pilzabtötend

Echinacea Tinktur

Zutaten:

1 Handvoll Echinacea Pflanzenanteile (Wurzel, Kraut, Blüten) in 1 Schraubglas geben und mit hochprozentigem Doppelkorn oder Weingeist auffüllen, so dass alle Pflanzenteile gut bedeckt sind. Mischung mindestens 6 Wochen stehen lassen.

In eine Glasflasche füllen, kühl und dunkel lagern.

Täglich 1 Tropfen als Mundwasser verwenden, oder verdünnt bei Hautentzündungen auftragen.

ACHTUNG: Bitte wenden Sie Echinacea nicht an, wenn Sie allergisch auf Korbblütler reagieren, ein geschwächtes Immunsystem haben oder an einer Autoimmunerkrankung wie Tuberkulose, MS leiden. Schwangere und Kleinkinder sollten ebenfalls kein Echinacea einnehmen.

Quellen:

European Medicines Agency (EMA): Echinaceae angustifoliae radix. Online:

<https://www.ema.europa.eu/en/medicines/herbal/echinaceae-angustifoliae-radix>

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