

Linde – Winterlinde (*Tilia cordata* MILL.)

 wildkrauterwerkstatt.de/linde-winterlinde-tilia-cordata-mill/

Geschichtliches:

Die Lindenblüten wurden in der Antike nicht verwendet und auch von den großen Botanikern des Mittelalters nicht erwähnt. Die Lindenholzkohle war jedoch schon vor der Einführung der Tierkohle im 15. Jahrhundert als aufsaugendes Mittel bei Durchfällen, Vergiftungen und bei Fäulniserscheinungen im Darm offizinell



Linde

Inhaltsstoffe:

Die Blüten der Winterlinde sowie die der Sommerlinde enthalten Schleim, Gerbstoff, etwa 0,04 % ätherisches Öl mit Farnesol, Geraniol, Eugenol u. a., die den Geruch bedingen, sowie Flavonoide.

Anwendung:

Die Droge wird als schweißtreibendes Mittel bei Erkältungskrankheiten verordnet. Wie bei den Holunderblüten haben die Inhaltsstoffe der Lindenblüten keine erwiesene schweißtreibende Wirkung, sie ermöglichen nur durch ihren Geschmack und Schleimgehalt die Aufnahme der notwendigen Mengen heißen Wassers, das durch seinen Wärmegehalt zum Schwitzen führt. Das ätherische Öl wird in der Kosmetik verwendet.

Tagesdosis:

2-4g. Droge

Zubereitung:

1 TL Droge mit 1 Tasse siedendem Wasser übergießen. 7-10Min. ziehen lassen. Bis zu 5 x täglich 1 Tasse so heiß wie möglich trinken.

Wildkräuterwerkstatt © 2021 Wildkräuterwerkstatt