

Schlüsselblume *Primula veris* (M)

 wildkrauterwerkstatt.de/schluesselblume-primula-veris-m-2/

Wenn die Wiesen von Schlüsselblumen verziert sind, ist der Frühling da. Schlüsselblumen sind geschützt, d.h. ihre Wurzel dürfen nicht ausgegraben werden. Die Blüten dürfen jedoch gesammelt werden. 2-3 Blüten sollten zur Versamung stehen bleiben, somit wird der Bestand nicht gefährdet.



Schlüsselblume

Inhaltsstoffe:

Saponine, Flavonoide, ätherische Öle

Wirkung:

Die Arznei wirkt sekretverflüssigend und auswurfördernd.

Nebenwirkung:

Magenbeschwerden und Übelkeit können vereinzelt auftreten.

Anwendung:

Katarrhe der Luftwege.

Dosierung:

Soweit nicht anders verordnet: Tagesdosis: 0,5-1,5 g Droge

Art der Anwendung:

Zerkleinerte Droge für Aufgüsse und Kaltauszüge sowie andere galenische Zubereitungen zum Einnehmen.

Teezubereitung:

Wurzeln: ¼ TL feingeschnittene oder grob gepulverte Wurzel mit 1 Tasse kaltem Wasser ansetzen und zum Sieden bringen. 5 Min. ziehen lassen. Alle 2-3 Std. 1 Tasse mit Honig gesüßt trinken.

Blüten mit Kelchen:

1 TL Droge mit 1 Tasse heißem Wasser übergießen, 5 Min. ziehen lassen. Mehrmals täglich 1 Tasse trinken.

In der Kinderheilkunde werden wegen des Geschmacks die Blüten samt Kelchblätter verwendet, da sich hier die Saponine befinden.

Kommission E: Katarrhe der oberen Luftwege

Wildkräuterwerkstatt © 2021 Wildkräuterwerkstatt