

Margret Madejsky Lexikon der Frauenkräuter

Leseprobe

[Lexikon der Frauenkräuter](#)

von [Margret Madejsky](#)

Herausgeber: AT Verlag



<http://www.narayana-verlag.de/b4599>

Im [Narayana Webshop](#) finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.de
<http://www.narayana-verlag.de>



Arnika - Erste Hilfe bei Geburtsblutungen

»Arnika wird von allen Kräuterkennern, besonders auch von Pfarrer Kneipp empfohlen für Wunden, verhütet Eiterung und beschleunigt die Heilung.« (Johann Künzle. ("Chrut und Unchrut, 1953)

Namen: Bergwohlverleih, Engelskraut, Fallkraut, Kraftwurz, Wundkraut.

Botanischer Name: Arnika (*Arnica montana*), Korbblütler (Asteraceae).

Signaturen und Astrologie: Astrologisch ordnet man Arnika wegen ihrer sonnengelben Körbchenblüten zunächst der Sonne zu, was sie zu einer wohlwollenden und auch seelenerwärmenden Heilpflanze macht. Die Blüte wirkt jedoch stets etwas zerzaust, da die Zungenblüten meist unordentlich in verschiedene Richtungen zeigen — dies weist auf Uranus hin, der als »Herr des Plötzlichen« unter anderem für Unfälle und andere Zufälligkeiten zuständig ist.

Die beiden Nebenblüten, die ein wenig an erhobene Arme erinnern, verleihen der blühenden Arnika ein gestaltenhaftes Aussehen, was in der Signaturenlehre stets als Zeichen dafür gesehen wurde, dass es sich um eine Arznei für den ganzen Menschen, also um einen Vielheiler, eine Panazee handelt.

Wirkstoffe: In den Blüten finden sich Sesquiterpenlactone, Helenalinester, Flavonoide, ätherisches Öl und Cumarine.

Heileigenschaften: entzündungswidrig durch Hemmung der Freisetzung von Histamin und Serotonin, wundheilungsfördernd, antiseptisch (Helenalinester wirkt antibakteriell und antimykotisch), abschwellend, resorptionsfördernd bei Hämatomen, kreislaufanregend, blutdruckregulierend (ab D6), in homöopathischer Form bewährt bei Traumen aller Art sowie zur Vor- und Nachsorge rund um Operationen und bei Geburtsblutungen (Arnica C30).

Verwendung in der Frauenheilkunde: Die Behandlung von Traumen aller Art ist ohne die homöopathisch zubereitete Arnika heute nicht mehr vorstellbar. Ihre entzündungswidrigen und wundheilenden Heilkräfte sind so groß, dass sie sogar in manchen Krankenhäusern vor operativen Eingriffen verabreicht wird — mit dem Effekt, dass die Wunden schneller abheilen, dass sich Schwellungen rascher zurückbilden und dass es überhaupt zu weniger Komplikationen kommt. Neben der vorbeugenden Einzelgabe von Arnica C30 hat es sich bewährt, zusätzlich so lange Traumeel-Tabletten von Heel einzunehmen, bis nach der Operation alle inneren Wunden gut abgeheilt sind, denn Traumeel enthält neben anderen Wundmitteln auch Arnica D4.

Weniger bekannt ist, dass Arnika zu den großen Resorptivmitteln zählt, die auch entzündlich bedingte Schwellungen

der Eierstöcke lindern können. Vor allem bei chronischer Eierstockreizung, die gern mit ziehenden oder stechenden Eierstockschmerzen einhergehen, können Kuren mit Arnica D6 oder mit Traumeel wahre Wunder bewirken, wobei die von Fachleuten durchgeführten subkutanen Injektionen über den Eierstöcken deutlich stärkere Wirkung zeigen als die Einnahme der Tabletten oder Tropfen. Dennoch sollte man Arnica C30 auch bei Mittelschmerzen versuchen, da die homöopathisch zubereitete Arnika die beim Eisprung in den Bauchraum gelangte Flüssigkeit resorbieren hilft und die den Mittelschmerz verursachende Bauchfellreizung schneller abklingen lässt.

Die abschwellenden Kräfte (einer Einzelgabe Arnica (30 oder wiederholter Gaben der D4 oder D6) sind natürlich auch bei anderen Entzündungen wie etwa bei Harnwegsinfekten ein hilfreiches Begleitmittel. Von den bekannten Hauptindikationen wie etwa Blutergüssen, Quetschungen, Schwellungen Zerrungen etc. abgesehen, unterstützt Arnica ebenfalls den Heilungsprozess nach seelischen Traumen wie zum Beispiel nach sexuellem Missbrauch. Bei psychischen Leiden wählt man vor allem dann höhere Potenzen (z. B. Arnica C30), wenn das traumatische Ereignis wiederholt geträumt wird.

Ein weiteres Trauma, bei dem die Arnika erste Hilfe leistet, ist beispielsweise eine Geburt. Insbesondere nach langwierigen und schweren Geburten sollte Arnica C30 daher die erste Arznei für den Säugling sein, damit sich Körper und Seele leichter von den Strapazen erholen; dazu kann man dem Kind einfach ein Kügelchen in den Mund legen. Für viele Mütter war die Arnica C30 direkt nach der Geburt mehr als eine Wohltat, denn sie stillt selbst starke Geburtsblutungen meist



Blühende Arnika, erkennbar an den seitlichen Blütentrieben (Foto: M. Madejsky)

Arnikawiese auf dem Wattles in Südtirol
(Foto: O. Rippe)

An seinen Naturstandorten wird der Bergwohlverleih immer seltener, weswegen wahre Pflanzenfreunde ihn stehen lassen und ihre Arnikaschnäpse aus der Anbauware herstellen.



a

prompt und zuverlässig, weshalb die Arnica C30 inzwischen zu den Routinemitteln homöopathisch arbeitender Hebammen gehört. Nicht zuletzt sollte man es auch bei Gebärmutterblutungen versuchen, die auf seelische Traumata zurückgehen, wenn also im Sinne der Psychosomatik »die Gebärmutter weint«.

In Form von Gels, Salben oder Umschlägen äußerlich angewandt, erweist sich die Arnikatinktur schließlich noch bei Entzündungen am Scheideneingang und im Dammbereich als hilfreich. So kann man etwa bei Entzündungen durch Staphylokokken, Streptokokken oder *Candida albicans* mit ihrer Hilfe (z.B. in Form von Gombudoron-Gel von Weleda) Juckreiz und Schwellungen lindern und die Krankheitserreger im Wachstum hemmen.

Rezept: Arnikatinktur bei Schwellungen und Entzündungen
Zur Herstellung einer Arnikatinktur benötigt man 30 g getrocknete Arnikablüten aus dem Bioanbau oder 1 bis 2 ganze, blühende Pflanzen mitsamt Wurzel sowie ca. 200 ml 70-prozentigen Alkohol und ein Schraubglas.

So wird's gemacht:

- Arnikablüten mit dem Alkohol in einem sauberen Schraubglas ansetzen, so dass möglichst wenig Luft im Glas verbleibt.
- Das gut verschlossene Glas täglich einmal kräftig schütteln.
- Nach etwa 4 Wochen die Arnikatinktur durch ein Sieb oder Küchentuch abseihen und in eine Braunflasche füllen — Beschriften nicht vergessen!

Anwendung: Die Arnikatinktur kann zum Beispiel bei Brustentzündungen in der Stillzeit verdünnt zu Umschlägen gebraucht werden (1 Esslöffel auf 250 ml Wasser). Die Tinktur lässt sich auch in entzündungswidrige Gels oder Salben (5 - bis 10% ig) einarbeiten.

Praxistipp: Eierstockentzündung

Eine Eierstockentzündung sollte grundsätzlich vom Frauenarzt oder von der Frauenärztin behandelt werden und muss nötigenfalls mit Antibiotika bekämpft werden. Doch falls es

sich nur um eine leichte Entzündung handelt und es eben noch nicht zur Eiter- oder Abszessbildung gekommen ist - oder auch bei chronisch entzündlicher Eierstockreizung —, können alternativ zu Antibiotikagaben Traumeel-Ampullen injiziert werden.

Sinnvoll ist die hoch dosierte Stoßtherapie zu Beginn: 1 Woche lang bis zu täglich 1 Ampulle Traumeel subkutan über den Eierstöcken injizieren lassen, danach bei Bedarf mit 2 Ampullen pro Woche fortfahren. Zusätzlich wirken Frauenmanteltee und Sitzbäder (z. B. Schafgarbe) heilsam.

Handelsprodukte:

- Arnikablüten, ganz (*Arnicae flos*)
- Arnikatinktur (*Tinctura Arnicae*)
- Arnica e planta tota (Globuli, ab D2; Wala)
- Arnica e floribus, Oleum (Blüten; Wala)
- Arnika-Essenz (Blüten; Wala)
- Arnika-Essenz (Planta tota; Weleda)
- Arnika-Gelee (Planta tota; Weleda)
- Arnika-Salbe 30% oder 10% (Planta tota; Weleda)

Sammeltipp: Die Arnika steht unter strengem Naturschutz und sollte an ihren wenigen Standorten unbedingt geschont werden. Zur Herstellung einer Arnikatinktur genügt die Anbauware.

Die homöopathische Tinktur wird aus dem getrockneten Wurzelstock hergestellt. Die Tinktur zum äußerlichen Gebrauch kann ebenfalls aus der ganzen, blühenden Pflanze ohne Wurzel gewonnen werden. Der volksmedizinische Arnikaschnaps enthält meist nur die Blüten.

Anwendungsbeschränkungen: Grundsätzlich ist eine Kornblütlerallergie möglich. Vorsicht ist beim innerlichen Gebrauch geboten, da eine Überdosierung die Herzfunktion beeinträchtigt. In der Schwangerschaft kann die Einnahme von Arnikaextrakten abortiv wirken, da sie die Gebärmutter zu Kontraktionen anregt.



Margret Madejsky

[Lexikon der Frauenkräuter](#)

Mit über 180 Heilkräuterrezepten

300 Seiten, geb.
erschienen 2008



bestellen

Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise

www.narayana-verlag.de