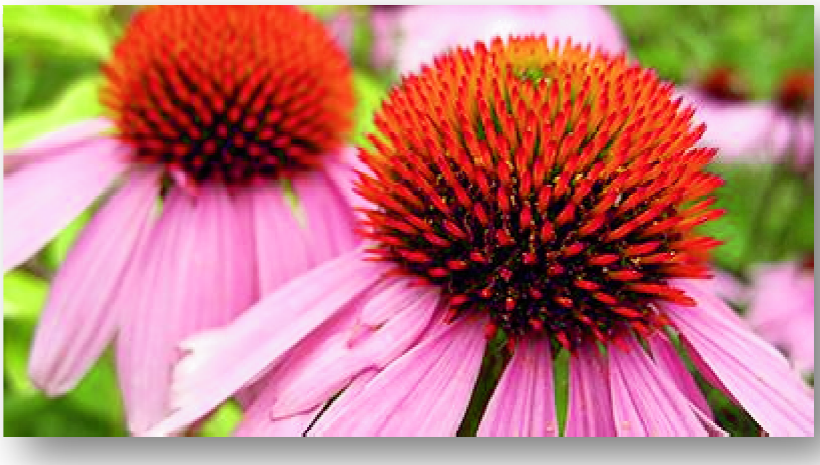
Heilpflanze des Monats



Der März wird assoziiert mit den Füssen, der Aura des Menschen und dem Kronen-Chakra. Die Füsse stellen die Verbindung zur Mutter Erde dar, die Aura oder das Kronenchakra kommuniziert mit dem geistigen Ursprung. Ferner wird das Lymphsystem den Fischen zugerechnet. Neptun ist in seiner körperlichen Entsprechung die höhere Oktave Jupiters, der mit der Leber zu tun hat. Die aufbauende Leber ist wiederum die Voraussetzung, dass der Stoffwechsel im Gehirn auf der Basis von z.B. Neurotransmittern gut funktioniert. Die Grundlage unseres geistigen Ursprungs wird so neptunisch auch durch die Funktion unseres Gehirns gespiegelt.

Krankheitsbilder einer neptunischen Dominanz sind so Fusserkrankungen, psychische Krankheiten, Süchte, Abwehrschwächen, Allergien, Übersensibilitäten, Fehlfunktionen des Lymphsystems, Erkältungen, Schwindel, Ohnmacht und Vergiftungen. Ein Übermass an neptunischer Energie kann psychische Störungen hervorrufen, genauso wie ein Mangel an neptunischer Energie.

In der Natur schafft Neptun Grosses wie die Ozeane. Neptun ist der Herrscher der grossen Flüsse, Seen und Meere. Die Westküsten sind ihm zugeordnet, Atlantis und Kalifornien, vor allem Los Angeles (Traumfabrik Hollywood) ebenso Fischerdörfer der europäischen Westküste. Hawaii hat ebenso viel Neptunisches. Heilsame Orte sind daher, Meere, Seen, Teiche, Flüsse und andere Wasserläufe. Zugeordnete Tiere sind Würmer, Polypen, Molche, Fische, Wale, Delphine, Beuteltiere, Tauben, aber auch Einhörner und Fabeltiere. Auch Plankton, Algen und Seetang sind neptunische Organismen.

Als weitere neptunische Pflanzen werden häufig genannt: Sonnenhut (Echinacea), Weihrauch, Myrrhe, Kapuzinerkresse, Passionsblume, Vergissmeinnicht, Pilze, Algen, Weiden. Neptun schafft zudem berauschende Giftpflanzen wie Schlafmohn und Hanf, welche die Seele von ihrer irdischen Wirklichkeit ablenken und wir uns ohne eigenes Bemühen einer geistigen Illusion hingeben.

Sonnenhut (Echinacea)

Wenn sich Erkältungen ankündigen, ist der heimische purpurfarbene Sonnenhut die erste Wahl.

Der Sonnenhut (Echinacea) stimuliert das Immunsytem und ist fleissiger Helfer bei der Behandlung einer Grippe.

Noch relativ unbekannt ist hierzulande seine Wirkung bei schlecht heilender Wunden.

Durch seine antibakteriellen Eigenschaften kann der Sonnenhut jedoch auch sehr gut zur Wundbehandlung eingesetzt werden.

Herkunft des Namens "Echinacea"
Der Name "Echinacea" leitet sich vom griechischen Wort "echinos" (= Igel) ab.
Er drückt damit die Ähnlichkeit des stacheligen, gewölbten Blütenbodens mit einem Igel aus.
Ein weiterer Name, der für die Echinacea-Arten benutzt wird, ist "Rudbeckia".

Artenvielfalt
Die gegenwärtig vorherrschende Nomenklatur beschreibt neun Echinacea- Arten. Medizinisch haben davon drei Echinacea-Arten grössere Bedeutung.

- Purpurfarbener oder Purpur-Sonnenhut (Echinacea purpurea)
- Blassfarbener Sonnenhut (Echinacea pallida)
- Schmalblättriger Sonnenhut (Echinacea angustifolia)

Pflanze aus der neuen Welt
Die Arzneipflanze "Echinacea" ist in der amerikanischen Volksmedizin seit Jahrhunderten bekannt. Die Indianerstämme in Nebraska und Missouri (Sioux, Omaha, Oto, Kew, Osage u.a.) gebrauchten die Wurzel) zur Behandlung von einer Vielzahl von Erkrankungen, wie Jagdverletzungen, Schlangenbissen, Atemwegserkrankungen und fieberhaften Erkrankungen. Hierfür wurde aus der Pflanze ein Brei hergestellt.

Einwanderer, die die heilende Wirkung der Pflanzen beobachtete, verwendeten diese bald ebenfalls. Das Mittel ist in Amerika als sehr gutes und beliebte Mittel bei infektiösen und septischen Fiebern bekannt.

Die Indianer verwendeten die frischen Pflanzen der "Echinacea angustifolia". In den 20er Jahren war das Interesse und die Nachfrage der westlichen Welt so gross, dass Saatgut aus Amerika importiert wurde. Die Pflanze sollte auch hier angebaut und erforscht werden. Infolge einer Verwechslung gelangte allerdings der Samen des "Purpur-Sonnenhuts" nach Europa. Dadurch gibt es bei uns die meisten Erfahrungen und Mittel mit dem Purpur-Sonnenhut.

Synonyme

Sonnenhut, Echinacea, Igelkopf, Kegelblume, Rudbeckie

Charakterkopf
Je nach Art wird der Sonnenhut bis zu 180 cm hoch (purpurner Sonnenhut). Charakteristisch sind seine Blüten mit den nach unten geschlagenen Blütenblättern und den an einen Igel erinnernden Blütenkopf.

Schmalblättriger und blassblütiger Sonnenhut sind vom Aussehen sehr ähnlich und unterscheiden sich vor allem in der Wuchshöhe. Der schmalblättrige Sonnenhut erreicht nur eine Höhe von 50 cm, während der blassblütige bis zu 120 cm hoch wird. Die Pollenkörner sind bei purpurnen und schmalblättrigen Sonnenhut gelb, beim blassblütigen weiss.

Die Blütezeit der Pflanze ist von Mai bis August. Beim Sammeln gilt es, sich an genau vorgeschriebene Zeiten zu halten. Für das Kraut sind dies die MonateJuli und August. Die Wurzeln dürfen im Frühjahr und Herbst gesammelt werden.

Info - Anwendung
Der beste Erfolg wird bei frühzeitiger Anwendung (also zu Beginn der ersten Krankheitszeichen) erzielt. Eine rein vorbeugende Anwendung scheint jedoch keinen Effekt zu haben.

Präparate mit Echinacin sollten nicht länger als drei Wochen (unter ärztlicher Aufsicht bis maximal acht Wochen) kontinuierlich eingenommen werden. Denn das Immunsystem kann nur begrenzt stimuliert werden.

Vorkommen
Der Sonnenhut und seine verschiedenen Arten ist im östlichen und westlichen Teil der USA heimisch. Mittlerweile wir die Pflanze auch in Europa kultiviert.

Echinacea purpurea gibt es auf Prärien und Sandbänken in USA - westlich von Ohio. Sie blüht im Juli und August im nordamerikanischen Zentralen Tiefland, von den grossen Seen im Süden Kanadas und im Osten vom Appalachen-Plateau begrenzt.

Echinacea angustifolia bevorzugt Kalkablagerungen und trockene Abhänge. Sie blüht vom Mai bis in den August.

Wirkung bei Beschwerden
Sonnenhut wird bei äusserlichen und innerlichen Beschwerden angewandt. Dies können schlecht heilende, oberflächliche Wunden, Infekte im Bereich der Atemwege und des Harntraktes, Erkältungen, Entzündungen und auch Virusinfektionen sein.

Zubereitungen aus dem Saft des Purpur-Sonnenhutkrautes und der Wurzel des Blassblütigen Sonnenhuts wirken allgemein stärkend auf das Immunsystem - vor allem aber bei Erkältungskrankheiten. Äusserlich angewendet wirkt der Purpur- Sonnenhut aufgrund seiner antibakterielle Wirkung wundheilend.

Ausserdem kann man den Sonnenhut zur Unterstützungstherapie bei hartnäckigen Hautkrankheiten wie Schuppenflechte. Auch eine hemmende Wirkung gegen Herpes-Viren wurden festgestellt (Fieberblasen mit Tinktur betupfen).

Welchen Inhaltsstoffen die immunstimulierende Wirkung zuzuschreiben ist, ist noch relativ unbekannt. Als wirksame Bestandteile werden Polysaccharide, Kaffeesäurederivate, Polyacetylene und Alkylamide ungesättigter Fettsäuren in Betracht gezogen. Diese Stoffe finden sich in ähnlicher Zusammensetzung in allen Sonnenhutarten. Am besten untersucht sind Zubereitungen aus dem Purpur-Sonnenhutkraut und der Wurzel des blassblütigen Sonnenhut.

Anwendung
Die heilenden Inhaltsstoffe findet man nach unserem heutigen Wissenstand also in der Wurzel der Echinacea pallida und im Kraut Echinacea purpurea. Die Indianer gebrauchten ursprünglich die Wurzel als Heilmittel. Daneben wird beim Purpur-Sonnenhut die ganze frische blühende Pflanze zur Herstellung des Presssaftes oder die Zubereitung als Tee verwendet.

Art der Anwendung
Ist eine Erkältung im Anflug, sollte man bereits zu Beginn einer Erkältung Echinacea in kleinen Dosen einnehmen. Dazu über den Tag verteilt 6 - 9 ml des Presssaftes (vom Purpur-Sonnenhut) einnehmen.

Für einen Teeaufguss gibt man 150 ml kochendes Wasser auf einen halben Teelöffel des Krauts vom schmalblättrigen oder vom blassfarbenen Sonnenhut und lässt ihn 10 Min. ziehen. Den Tee trinkt man dreimal täglich zwischen den Mahlzeiten.

Gegenanzeigen
Trotz seiner positiven Heilwirkungen kann es bei der Einnahme von Präparaten des Sonnenhuts auch zu negativen Anzeigen kommen.
Ebenso ist bei bestimmten Krankheitsbildern, Überempfindlichkeiten und Lebensumständen von der Behandlung mit Echinacin abzuraten.

So sollte bei Erkrankungen wie Tuberkulose, Leukosen, Kollagenosen, AIDS, HIV, multiple Skerose (innere Anwendung) auf Echinacea verzichtet werden. Dies gilt ebenso für Schwangerschaft, bei einer Allergie gegen Korbblütler und entsprechenden Kreuzreaktionen. Bei Zuckerkranken kann sich durch die Einnahme der Stoffwechsel verschlechtern. Kinder sollten die Mittel nicht ohne ärztliche Aufsicht einnehmen, ebenso stillende Mütter.

Halten Sie in diesen Fällen erst Rücksprache mit Ihrem Arzt.