

Arnika, die Pflanze für Verletzungen

Arnika ist eine einheimische Pflanze, die dem Namen nach fast jeder kennt. Wie sie in der Natur aussieht, und dass sie geschützt ist, wissen vielleicht die wenigsten.



In der Pflanzenheilkunde ist Arnika **das Verletzungsmittel** schlechthin. Sei es bei Verstauchungen, Prellungen, Verrenkungen, Knochenbrüchen oder offenen Wunden. Arnika ist für ihre in hohem Masse entzündungswidrige und schmerzstillende Wirkung bekannt.

Ihre Heilkräfte wirken nicht nur bei körperlichem Trauma nein, auch bei seelischen Verletzungen leisten sie gute Hilfe.

Selbst bei Muskelkater, Halskehre, Hexenschuss oder traumatisierenden Zahnbehandlungen rate ich, an Arnika zu denken.

In der Frauenheilkunde kann sie nach Geburten oder als menstruationsfördernde Pflanze eingesetzt werden, wenn die Frau sich gestaut fühlt und die Blutung nicht richtig in Gang kommen will.

Vor und nach Operationen angewandt, wirkt Arnika wundheilend und abschwellend. Es wird ihr sogar nachgesagt, dass Arnika C30 präoperativ zu weniger Komplikationen führt.



Bei rheumatische Gelenkerkrankungen oder neuralgischen Schmerzzuständen kann Arnikasalbe, -gel oder -auflagen helfen.

Wir kennen Arnika vor allem in homöopathischer Form als Arnika C30 oder zur äusserlichen Anwendung in Salben oder Gels. Innerlich als Tee oder Tinktur wird sie kaum verwendet und darf auch nur mit grosser Vorsicht angewendet werden.

Arnika als Salbe und/oder homöopathisch als C30 ist für jede Haus- resp. Reiseapotheke eine gute Ergänzung.