

# Die Wundheilerin

Autor(en): **Chudovska, Olga**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **66 (2009)**

Heft 6: **Fürs Herz aktiv werden**

PDF erstellt am: **24.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-558054>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

## Die Wundheilerin

Sonnengelb oder leuchtend orange blüht jetzt die Ringelblume – die Heilpflanze des Jahres 2009.

Bei ihrer Wahl fielen besonders die Vielzahl der Wirkstoffe und das breite Spektrum der Anwendungsmöglichkeiten ins Gewicht. *Calendula officinalis* ist innerlich wie äusserlich bei unterschiedlichsten Beschwerden einsetzbar. Zu den wichtigsten Inhaltsstoffen zählen Flavonoide, die als Antioxidantien wirken, Terpene mit antimikrobieller Wirkung, Cumarine und Sterine, Harze, Bitterstoffe und ätherische Öle.

Ihr deutscher Name geht auf die ringförmig gekrümmten Früchte der Blume zurück, während für den botanischen das lateinische «*Calendae*» Pate stand. Die römische Bezeichnung für den Monatsbeginn wurde der Ringelblume vermutlich verliehen, weil sie an so vielen Monatsanfängen blüht – je nach Witterung von Mai/Juni bis in den November hinein.

### Bei näherer Betrachtung

Die bis zu 70 Zentimeter hohe Ringelblume ist einjährig. Der Stiel und die wechselständig angeordneten Blätter sind fein behaart; der filzige Saum dient der Pflanze als Verdunstungsschutz.

Auffallend sind die leuchtend gelben bis orangefarbenen Blütenköpfe aus inneren Röhrenblüten und äusseren Zungenblüten.

Diese Zungenblüten dienen lediglich zur optischen Vergrösserung, um so die Aufmerksamkeit der Insekten auf sich zu lenken und mit Hilfe dieses kleinen Tricks die Befruchtung sicherzustellen.

Die Ringelblume gedeiht bei uns kaum wild; sie bevorzugt das mediterrane Klima. Nur selten findet man sie an Wegrändern oder auf Wiesen; meist dient sie als Blickfang in Gärten. Auch die pharmazeutische Industrie hat längst ein Auge auf sie geworfen und züchtet sie auf grossen Plantagen.

### Heilsames Innenleben

Die Ringelblume hat antiseptische, antibakterielle und antivirale Eigenschaften. Einige ihrer Inhaltsstoffe, besonders die Harze, wirken auch antimykotisch, d.h. sie bremsen das Wachstum krankheits-erregender Pilze. Innerlich als Tee angewandt wird dem Kraut eine leichte

Die genaue Herkunft der Ringelblume ist unbekannt, wird jedoch im Mittelmeerraum vermutet. Ab dem 12. Jahrhundert fand sie bei uns ihren Platz in Kloster- und Bauergärten. Schon Hildegard von Bingen schätzte sie und nannte sie «Ringula» oder «Ringella».





krampflösende Wirkung bestätigt; der Aufguss wird bei Magen- und Darmgeschwüren sowie bei Menstruationsbeschwerden eingesetzt.

Doch die Ringelblume, beziehungsweise die aus ihr zubereitete Salbe ist in allererster Linie ein wirksames Mittel für die Behandlung der unterschiedlichsten Hautbeschwerden: Akne, Ausschläge, Abschürfungen und ähnliche Verletzungen, Schnittwunden, geringfügige Verbrennungen und Sonnenbrand. Auch schlecht heilende Wunden, Furunkel, Nagelbettentzündungen und Verstauchungen werden durch Umschläge mit einer Abkochung sehr günstig beeinflusst. Durch das Fehlen von Sesquiterpenlactonen sind irritative oder allergische Reaktionen im Vergleich zu anderen Vertretern der Korbblütler selten.

### Gut für die Haut

Sehr beliebt in der Volksmedizin ist die Ringelblumen-Butter, die von Kräuterkundigen aus (Ziegen-)Butter und frischen Ringelblumen hergestellt wird. Man bestreicht damit schmerzende Gelenke und Muskeln sowie kleinere Wunden. Sogar ein Decubitus, ein Druck- oder Wundliegegeschwür, soll mit dieser

Butter erfolgreich behandelt werden können. In jeder Apotheke kann man fertige Ringelblumen-Präparate in Form von Salbe, Tinktur oder Teemischung beziehen.

### Und das war noch nicht alles

Auch bei schweren Erkrankungen wird der Einsatz der Ringelblume erforscht: Nach Erkenntnissen von Naturheilern wie Schulmedizinern können der frisch gepresste Saft oder daraus zubereitete Präparate neben der Chemotherapie und anderen klassischen Verfahren den Heilungsprozess bei bestimmten bösartigen Hauterkrankungen positiv unterstützen. Fachleute empfehlen auch die Verwendung einer Ringelblumensalbe bei einer Bestrahlung. Bei Frauen, die nach der Operation eines Brustkrebses eine Strahlenbehandlung erhalten, treten häufig schmerzhaft Hautreaktionen (Hauttoxizität) auf. Laut einer französischen Studie kamen bei der Anwendung von Ringelblumensalbe deutlich weniger Fälle dieser Hauttoxizität vor als beim Einsatz eines synthetischen Mittels. Der Schutzeffekt der Pflanzensalbe wurde als klinisch relevant beurteilt. Die Heilpflanze des Jahres ist also auch eine Heilpflanze mit Zukunft.

• Olga Chudovska

Für Pharmazie und Kosmetikindustrie wird *Calendula officinalis* kommerziell angebaut, vor allem in Deutschland und den Niederlanden. Weitere Anbaugelände liegen in Ägypten, Ungarn, Polen und den Balkanländern.

Eine besonders empfehlenswerte Ringelblumensalbe stellt die Firma Soglio aus Castasegna her. Diese ist erhältlich über A.Vogel GmbH, CH-9053 Teufen, Postfach 43  
Tel. + 41 71 335 66 11

oder bei SOGLIO Deutschland GmbH  
Hauptstr. 39  
DE-79806 Lottstetten