

## Verzeichnis der in Kultur befindlichen Pflanzen

wissensch. Bezeichnung	deutscher Name	wichtigste Inhaltsstoffe	Verwend.	Angebot			Anwendung	Erntegut	Gegenanzeige, Dosierung
				P	S	T			
<i>Achillea millefolium</i>	Schafgarbe	Sesquiterpene, Flavonoide		x		x	entzündungshemmend		
<i>Aegopodium podagraria</i>	Giersch	äther. Öl	F TV				bei Gicht		
<i>Agastach foeniculum</i>	Anis-Ysop	Anisaldehyd, Limonen	C	x		x	blähungstreibend		
<i>Agastach mexicana</i>	Lemonyso								
<i>Agrimonia eupatoria</i>	Odermennig	Gerbstoffe, Flavonoide				x			
<i>Alcea rosea</i>	Stockrose			x	x				
<i>Alchemilla xanthochlora</i>	Frauenmantel	Gerbstoffe, Flavonoide	V	x		x			
<i>Allium cepa</i>	Zwiebel	Alliin, Phenole, Flavon.	Gemüse				V: Husten		
<i>Allium sativum</i>	Knoblauch	Oligosulfide	F				antibakteriell, gegen altersbed. Gefäßerkrankungen		
<i>Allium ursinum</i>	Bärlauch	Alliin, Thiosulfinate.	F				V: gegen Arteriosklerose		
<i>Aloe vera</i>			F	x			wundheilend		
<i>Aloysia triphylla</i>	Zitronenstrauch	äther. Öl					bei Verdauungsstörungen		
<i>Althaea officinalis</i>	Eibisch	Schleimstoffe		x		x	hustenlindernd		
<i>Anacyclus depressus</i>									
<i>Anacyclus pyrethrum</i>	Bertram	Alkamide					Tonikum		
<i>Anethum graveolens</i>	Dill	äther. Öl	G			x			
<i>Anthriscus cerefolium</i>	Kerbel	äther. Öl, Flavonoide	F, G				V: Frühjahrskur		
<i>Apium graveolens</i>	Sellerie	äther. Öl,G					V: entwässernd		
<i>Arnica chamissonis</i>	Arnika	Sesquiterpene		x			äußerlich bei Prellungen		
<i>Aronia x prunifolia</i>	Apfelbeere								
<i>Artemisia abrotanum</i>	Eberraute			x		x			
<i>Artemisia absinthium</i>	Wermut	Thujon		x		x	Magenmittel		< 2g/d, motorische u. sensible Ausfälle
<i>Artemisia dracunculus</i>	Estragon russ.			x					
<i>Artemisia ludoviciana</i>				x					
<i>Artemisia ponticum</i>				x					
<i>Bacopa monnieri</i>	Brahmi	Steroidsaponine	F				C		
<i>Balsamita major</i>	Marienblatt	Thujon, Limonen, Camph.		x		x	V: bei Flatulenzen u. Leberbeschwerden		
<i>Borago officinalis</i>	Boretsch		G						
<i>Bulbine frutescens</i>				x			wundheilend		
<i>Calamintha menthifolia</i>	Bergminze	äther. Öl, Terpene	G	x		x	V: als Diuretikum		
<i>Calendula officinalis</i>	Ringelblume	Flavonoide, Triterpene	T B		x	x	wundheilungsfördernd		
<i>Cochlearia officinalis</i>	Ausd. Löffelkraut	Senfölglycoside	G frisch	x			V: Diuretikum, bei Magenbeschwerden		

Crataegus laevigata	Weiszdorn	Flavonoidebei			x	bei altersbed. Herzbeschwerden		
Cyperus esculentus	Erdmantel			x				
Dioscorea villosa	Wilde Yamswurzel							
Echinacea angustifolia	Schmalbl. Igelkopf							
Echinacea purpurea	Rote Sonnenhut	Flavonoide, Alkamide		x		Prophylaxe u. Therapie v. Erkältung	Rad. Herb.	
Elytrigia repens	Quecke	Triticin, Schleimstoffe	W		x	entwässernd		
Epilobium parviflorum	Weidenroeschen				x			
Equisetum arvense	Schachtelhalm				x			
Euonymus europaea	Pfaffenhütchen		giftig	x				
Fagopyrum cymosum	Baumspinat		S	x				
Fagopyrum esculentum	Buchweizen	Rutin	S F		x			
Fallopia multiflorum	Fo-tieng							
Foeniculum vulgare	Fenchel		F T		x			
Fragaria vesca	Wald-Erdbeere			x				
Fumaria officinalis	Erdrauch							
Galega officinalis	Geissraute	Galegin		x	x	V: unterstützend bei Diabetes		
Galega orientalis	Orient. Geisraute	Galegin		x		V: unterstützend bei Diabetes		
Galinsoga parviflora	Franzosenkraut	Vit. C, Eisen	Frisch				Fol.	
Galium verum	Echtes Labkraut	Glykoside			x	V: bei Cholesterinproblemen		
Ginkgo biloba				x	x			
Gratiola officinalis	Gottesgnadenkraut			x				
Gynostemma pentaphyllum	Dschiau gu lan		F T	x				
Helianthus tuberosus	Topinambur	Inulin	Gemüse	x		Diät ernährung		
Hemerocallis lilioasphodelus	Taglilie		F		x			
Hypericum perforatum	Johanniskraut	Flavonoide, Hypericin		x	x	bei depressiven Verstimmungen	Fol., Cor.f	<4g/d, Photosensibilität
Hyssopus officinalis	Ysop			x	x			
Inula helenium	Alant	Inulin		x				
Iris germanica	Schwertlilie	äther. Öl, Triterpene		x		V: bei Kreislaufschwäche		
Juglans regia	Walnusz	Gerbstoffe, Flavonoide			x	V: Magentee		
Lavandula angustifolia	Lavendel			x	x			
Leonurus cardiaca	Herzgespann	Iridoide		x	x	bei nervösen Herzbeschwerden		
Lepidium latifolium	Blattkresse		G				Fl., Fol.	
Lepidium peruvianum	Peruan. Ginseng			x			Herb.	
Levisticum officinale	Liebstöckel	äther. Öl, Cumarin	G	x		Durchspülungstherapie	Herb, Rad	< 6g/d als Tee
Lipia dulcis	Aztek. Süßkraut							
Lonicera kamtschatica	Kamtschatkabeere	Vit. C und D						nicht bei Leberschäden
Lycopus europaeus	Wolfstrapp	Gerbstoffe, Cumarine		x	x	leichte Schilddrüsenüberfunktion	Fol.	
Malva sylvestris	Malve	Schleimstoffe			x	bei Reizhusten		
Marrubium vulgare	Andorn	Diterpen-Bitterstoffe		x	x	Bronchialtee, magenstärkend		
Melissa officinalis	Zitronenmelisse	äther. Öl		x	x	bei Magen- u. Einschlafstörungen		
Mentha suaveolens	Apfelminze			x	x			

Mentha x piperita	Pfefferminze	Menthol		x		x	bei Magenbeschwerden		
Meum athamanticum	Baerwurz	äther. Öl	G	x			magenstärkend		
Monarda didyma	Scharlachmonarde	äther. Öl		x		x	Aromatikum		
Monarda fistulosa				x					
Myrrhis odorata	Sueszdohle	äther. Öl, Limonen					V: Blutreinigungsmittel		
Nasturtium officinale	Brunnenkresse	Senföle, Vit. C	F				Frühjahrskur		
Nepeta cataria	Katzenminze	äther. Öl, Citral, Geraniol		x			V: bei chronischer Bronchitis		
Ocimum basilicum	Basilikum	äther. Öl, Gerbstoffe	G				evtl. mutagen		
Origanum heracleoticum	Griech. Oregano			x					
Origanum vulgare	Gemeiner Dost			x		x			
Paeonia foemina	Pfingstrose			x					
Pelargonium reniforme	Kapland -Pelargonie			x					
Perovskia abrotanoides	Russ. Salbei	Pinen, Camphen, Cineol					Räucherwerk		
Petroselinum crispum	Petersilie	äther. Öl, Carotinoide	G			x	V: Diuretikum, bei Magenbeschwerden		
Polemonium coeruleum	Himmelsleiter			x					
Potentilla erecta	Tormentill	Gerbstoffe, Flavonoide		x			bei un spez. Durchfallerkrankungen		
Primula veris	Primeln								
Prostathera cuneata	Tasman. Bergminze			x					
Pulmonaria officinalis	Lungenkraut			x					
Rhaponticum	Hirschwurz			x					
Rheum officinale	Med. Rhabarber	Anthranoid, Gerbstoffe		x		x	Laxans		
Rheum rhabarbarum	Rhabarber	Mineralstoffe, Ascorbins.		x					
Salvia dorisiana	Fruchtsalbei								
Salvia officinalis	Salbei	äther. Öl		x		x	bei Entzündungen im Mund- und Rachenraum		
Salvia sclarea	Muskateller Salbei	äther. Öl		x			V: bei Schwächezuständen		
Sambucus nigra	Holunder					x			
Sanguisorba minor	Kleine Bibernelle	Triterpene	G,F	x			V: bei Durchfall		
Santolina cyparissias	Heiligkraut								
Satureja hortensis	Bohnenkraut	äther. Öl, Gerbstoffe	G	x		x	V: bei Verdauungsstörungen		
Scrophularia buergeriana									
Sedum rosea	Rosenwurz			x			Anti-Aging		
Sedum rubestne	Tripmadam		F	x					
Silybum marianum	Mariendistel	Silymarin, Flavonoide				x	Radikalfänger, Leberzirrhose		
Sium sisarum	Zuckerwurz			x					
Solidago virgaurea	Echte Goldrute	Flavonoide		x		x	Durchspülungstherapie		
Sorbus aucuparia	Eberesche						Frucht		
Stevia rebaudiana	Süßkraut	Diterpene							
Symphytum officinalis	Beinwell	Allantoin, Alkaloide	B	x			äußerl. zur Wundheilung		
Tanacetum parthenium	Mutterkraut	Campher, Terpenlacton		x			V: frisch bei Migräne		

Taraxacum officinale	Löwenzahn	Triterpene	F			x	V: bei Leberproblemen, nicht bei Gallesteinen		
Thymus vulgaris	Echter Thymian	Thymol, Flavone	G	x		x	bei Bronchialkatarr		< 10 g/d
Toona sinensis	Gemüsebaum		G						
Trifolium pratense	Rotklee	Isoflavone	F						
Triticum aestivum	Winterweizen	Glyceride, Carotinoide	F		x				
Triticum spelta	Dinkel	Polysaccharide	F		x				
Tropaeolum majus	Kapuzinerkresse	Benzylsenfö, Ascorbins.	F						
Tussilago farfara	Huflattich	Schleimstoffe, Triterpene				x	V: bewährtes Hustenmittel		
Urtica dioica	Brennessel	Mineralien				x	Durchspülungstherapie		
Vaccinium myrtillus	Heidelbeere	Gerbstoffe		x			V: bei Magenbeschwerden	Fol., Fruc.	Fol. < 2g/d
Valeriana officinalis	Baldrian	äther. Öl, Campfer		x			nervös bedingten Einschlafstörungen		
Verbascum densiflorum	Koenigskerze	Saponine, Flavonoide				x	bei Problemen der Luftwege		
Verbena officinalis	Eisenkraut	Iridoide, Flavone		x		x	V: bei Verdauungsstörungen		
Veronica officinalis	Ehrenpreis	Aucubin		x		x	V: harntreibend, bei Cholesterinproblemen		

Bearbeitungsstand: 79/08

Legende: F = Frischpflanzensaft

G = Gewürz

B = Balsam

P = Pflanzen

T = Tee

S = Saft

C: traditionelle chinesische Medizin, Anti-Aging

C: traditionelle chinesische Medizin, Yang-Tonikum

V = traditionelles Hausmittel