

Heilkräuter Liste: Kräuterlexikon mit 50 Heilpflanzen

Heilkraut	Wirkung
Anis	Verdauungsfördernd, krampflösend
Arnika	Entzündungshemmend, wundheilend
Baldrian	Beruhigend, schlaffördernd
Bärlauch	Entgiftend, blutdrucksenkend
Bärwurz	Verdauungsfördernd, magenstärkend
Beifuß	Krampflösend, verdauungsfördernd
Bockshornklee	Stoffwechsellanregend, entzündungshemmend
Borretsch	Schleimlösend, entzündungshemmend
Brennnessel	Entwässernd, stoffwechsellanregend
Brunnenkresse	Immunstärkend, schleimlösend
Eibisch	Schleimhautschützend, reizlindernd
Eisenkraut	Schmerzlindernd, fiebersenkend
Engelwurz	Verdauungsfördernd, antibakteriell
Fenchel	Krampflösend, verdauungsfördernd
Frauenmantel	Hormonregulierend, entzündungshemmend
Gänseblümchen	Entzündungshemmend, stoffwechsellanregend
Ginkgo	Durchblutungsfördernd, konzentrationssteigernd
Ginseng	Stärkend, leistungssteigernd
Gundermann	Schleimlösend, stoffwechsellanregend
Huflattich	Hustenreizlindernd, schleimlösend
Ingwer	Entzündungshemmend, verdauungsfördernd
Johanniskraut	Stimmungsaufhellend, nervenstärkend
Kamille	Entzündungshemmend, krampflösend
Kapuzinerkresse	Antibakteriell, immunstärkend
Knoblauch	Antibakteriell, gefäßschützend
Kümmel	Verdauungsfördernd, blähungslindernd
Lavendel	Entspannend, beruhigend
Liebstockel	Harntreibend, verdauungsfördernd
Löwenzahn	Entgiftend, leberstärkend
Majoran	Entkrampfend, schleimlösend

Melisse (Zitronenmelisse)	Beruhigend, entkrampfend
Minze (Pfefferminze)	Erfrischend, verdauungsfördernd
Nelkenwurz	Entzündungshemmend, schmerzlindernd
Oregano	Antibakteriell, verdauungsfördernd
Ringelblume	Wundheilend, entzündungshemmend
Rosmarin	Durchblutungsfördernd, kreislaufanregend
Salbei	Entzündungshemmend, schweißhemmend
Schafgarbe	Krampflösend, blutreinigend
Schlüsselblume	Schleimlösend, beruhigend
Spitzwegerich	Hustenreizlindernd, wundheilend
Stevia	Blutzuckerregulierend, antibakteriell
Thymian	Schleimlösend, antibakteriell
Tollkirsche	Krampflösend, schmerzstillend (Vorsicht: giftig!)
Veilchen	Schleimlösend, entzündungshemmend
Wacholder	Hartreibend, verdauungsfördernd
Weißdorn	Herzstärkend, durchblutungsfördernd
Wermut	Verdauungsfördernd, appetitanregend
Ysop	Krampflösend, antibakteriell
Zinnkraut (Schachtelhalm)	Hartreibend, knochenstärkend
Zitronenverbene	Beruhigend, verdauungsfördernd