



## Gänseblümchenblüte

### Drogenbezeichnung:

Bellidis flos

### Volkstüml. Namen:

Angerbleamerl, Augenblümchen, Himmelsblume, Maiblume, Marienblümchen, Mondscheinblume, Regenblume, Tausendschön

### Stammpflanze:

Bellis perennis L.

### Botan. Pflanzenfamilie:

Korbblütengewächse - Asteraceae  
(Compositae)

### Verwend. Pflanzenteile:

Blüten, Blätter

### Herkunftsländer:

ganz Europa - besonders auf lehmigen Boden

### Inhaltsstoffe:

Saponine, Bitterstoffe, Gerbstoffe, ätherisches Öl, Flavonoide



Pflanze



Droge

### Anwendungsbereiche:

**innerlich:** in der Volksmedizin zur Entgiftung des Körpers ("Blutreinigung", Leber), bei Magen-, Darm- und Gallenbeschwerden sowie Hautkrankheiten

**äußerlich:** in der Volksmedizin bei Umschlägen und Waschungen zur Wundbehandlung, bei Hautausschlägen, Prellungen, Quetschungen, Blutergüssen, Verstauchungen sowie Muskelschmerzen

### Teezubereitung:

2 Teelöffel Gänseblümchen mit einem  $\frac{1}{4}$  lt. kochendem Wasser übergießen, 10 Minuten ziehen lassen und abseihen. 2 mal täglich 1 Tasse trinken.

**Hinweis:** Diese Zubereitung ist auch für Umschläge und Waschungen geeignet.

### Unreine Haut:

Waschung mit einem Tee aus Gänseblümchen und Stiefmütterchenkraut zu gleichen Teilen, den man sich durch kaltes Ausziehen zubereitet:

1 Esslöffel der angegebenen Mischung wird mit 1 lt. zimmerwarmem Wasser übergossen, über Nacht beiseite gestellt und danach abgeseiht.

### Gesichtsmaske:

Aufguss: 4 Esslöffel getrocknete Gänseblümchen auf 1 Tasse kochendes Wasser, 30 Minuten zugedeckt ziehen lassen und abgießen.

3 Esslöffel des Abgusses mit 2 Esslöffel Kleie und 1 Teelöffel Honig vermischen - quellen lassen bis eine cremige Konsistenz entsteht. Danach die Maske auftragen, ca. 15 Minuten einwirken lassen und lauwarm abspülen.

### Besondere Warnhinweise:

- \* Bei bestehender Allergie gegen Korbblüter oder Gänseblümchen nicht anwenden!
- \* Bei Schwangeren, Stillenden und Kindern unter 12 Jahren ist vor der Anwendung Rat bei einem(r) Arzt/Ärztin oder ApothekerIn einzuholen!