



Kamillenblüte

Drogenbezeichnung:

Chamomillae flos, Matricariae flos

Volkstüml. Namen:

Feldkamille, Garmille, Hermel, Kummerblume, Mägdeblume, Apfelblümlein, Kammerblume, Laugenblume, Kühmelle

Stammpflanze:

Matricaria recutita, Matricaria chamomilla L.

Botan. Pflanzenfamilie:

Korbblütengewächse - Asteraceae (Compositae)

Verwend. Pflanzenteile:

Blüten

Herkunftsländer:

Ungarn, ehem. Jugoslawien, Italien, Deutschland, Rumänien, Bulgarien, Albanien, Spanien, Griechenland, Ägypten

Inhaltsstoffe:

Ätherisches Öl, Flavonoide, Cumarin



Pflanze



Droge

Anwendungsbereiche:

innerlich: bei Magen-Darbeschwerden (Völlegefühl, Aufstoßen, Sodbrennen, Blähungen, Durchfällen)

äußerlich: zur Wundbehandlung jeglicher Art (Bäder, Umschläge, Spülungen), für Inhalationen bei Erkrankungen der oberen Atemwege, Bäder und Spülungen bei Erkrankungen im Anal- und Genitalbereich sowie zum Gurgeln und Spülen bei Entzündungen im Mund- und Rachenbereich

Teezubereitung:

1-2 gehäufte Teelöffel Kamillenblüten mit einem ¼ lt. kochendem Wasser übergießen, 10 Minuten ziehen lassen und abseihen. Den Tee gut warm trinken.

Rollkur zur Behandlung von Magenbeschwerden:

1 Tasse ungesüßten Tee in der Früh vor dem Aufstehen (Thermosflasche) langsam trinken. Danach je 5 Minuten auf dem Rücken, auf der linken Seite, auf dem Bauch und auf der rechten Seite liegen.

Teemischung bei nervösen Magen-Darbeschwerden:

Kamille und Melisse zu gleichen Teilen

1-2 gehäufte Teelöffel der Mischung mit einem ¼ lt. kochendem Wasser übergießen, 10 Minuten ziehen lassen und abseihen. Den Tee gut warm trinken.

Teemischung bei Magenbeschwerden denen vermutlich ein Gallenleiden zugrunde liegt:

Kamille und Pfefferminze zu gleichen Teilen

1-2 gehäufte Teelöffel der Mischung mit einem ¼ lt. kochendem Wasser übergießen, 10 Minuten ziehen lassen und abseihen. Den Tee gut warm trinken.

Kamillendampfbad:

In einem Gefäß übergießt man eine kleine Handvoll Kamillenblüten mit 1 lt. kochendem Wasser. 5 bis 10 Minuten lang die heißen Kamillendämpfe einatmen. Kopf und Gefäß dabei mit einem großen Tuch abdecken. (Achtung!: Sorgen Sie dafür, dass das Gefäß nicht umkippen kann.)

Für **Dampfsitzbäder** bleibt die Dosierung wie oben angegeben, es wird aber zweckmäßigerweise ein großes, standfestes Gefäß verwendet.

Umschläge, Spül- oder Gurgellösung:

3-10g Blüten mit 100ml heißem Wasser übergießen, 10 Minuten ziehen lassen und abseihen. Mehrmals täglich anwenden

Besondere Warnhinweise:

- * Im Bereich der Augen sollten Umschläge mit Kamillenblüten nicht angewendet werden, da es zu Reizwirkungen und in weiterer Folge zu einer Bindehautentzündung kommen kann!
- * Allergische Reaktionen sind zwar sehr selten, aber nicht auszuschließen!
- * Extremer, langjähriger Gebrauch ist nicht empfehlenswert und kann zu Schwindel und nervöser Unruhe führen!