

Pflanze	Anwendungsmöglichkeiten		
<b>Schafgarbe</b> <i>Achillea millefolium</i>	Winterhart, mehrjährig, sonnig bis leicht schattiger Standort, trockene bis leicht feuchte Böden	Blätter und Blüten zum trocknen	schleimhautabschwellend; entzündungshemmend; Gurgelwasser bei Zahnfleischerkrank.; Anregung der Magen- & Gallensaftsekretion bei Appetitmangel
<b>Frauenmantel</b> <i>Alchemilla vulgaris</i>	Winterhart, mehrjährig, sonnig bis halbschattiger Standort, schwere, gern feuchte Böden	Blätter trocknen	Tee gegen Unterleibsbeschwerden bei Frauen
<b>Echter Eibisch</b> <i>Althaea officinalis</i>	Winterhart, mehrjährig, voll sonniger Standort, gern leicht feuchte Böden	Blätter und Wurzeln trocknen	reizmildernd und entzündungshemmend in Tee und Sirup bei Husten, Erkältungen und Magenschleimhautentzündungen
<b>Wegwarte</b> <i>Cichorium intybus</i>	Winterhart, mehrjährig, voll sonniger Standort	Blätter und Wurzeln trocknen	Umschläge aus Blättern entzündungshemmend, Aufguss aus Wurzeln mild abführend
<b>Roter Wasserdost</b> <i>Eupatorium purpurea</i>	Winterhart, mehrjährig, sonnig bis halbschattiger Standort, möglichst feuchte Böden	Wurzeln trocknen	Aufguss der Wurzeln schweißtreibend und kräftigend
<b>Echter Alant</b> <i>Inula helenium</i>	Winterhart, mehrjährig, sonniger Standort, Boden gern feucht	Wurzeln trocknen	reizmildernd, auswurfördernd, schleimlösend für Hustenteeemischungen, harntreibend, verdauungsanregend
<b>Indianernessel</b> <i>Monarda didyma</i>	Winterhart, mehrjährig, sonnig, leicht schattiger Standort, Boden etwas feucht, lockere Erde	Blätter und Blüten trocknen	Tee hilft bei Übelkeit, Schlaflosigkeit, Blähungen
<b>Gewöhnliche Nachtkerze</b> <i>Oenothera biennis</i>	Winterhart, mehrjährig, voll sonniger Standort, trockener Boden	Blätter, Wurzeln und Samen trocknen	Tee hilft bei Husten, Öl aus Samen hilfreich bei Schuppenflechte
<b>Oregano, Dost</b> <i>Oreganum vulgare</i>	Winterhart, mehrjährig, voll sonniger Standort, trockener fruchtbarer Boden	Blätter trocknen, in Öl oder Essig einlegen	Verdauungsfördernd, auch als reizmilderer Bestandteil für Hustentees, für antiseptische Umschläge und Bäder schlecht heilender Wunden
<b>Großer Wiesenknopf</b> <i>Poterium sanguisorba</i>	Winterhart, mehrjährig, sonnig bis leicht schattiger Standort	Blätter trocknen	getrocknet als Tee – unterstützt die Verdauung, leicht harntreibend; frische Blätter zum Salat (viel Vitamin C und leicht nach Gurke schmeckend)
<b>Gemeines Seifenkraut</b> <i>Saponaria officinalis</i>	Winterhart, mehrjährig, sonnig bis leicht schattiger Standort, gern feuchtere Böden	Blüten, Blätter, Stengel, Wurzel trocknen	Pflanzenteile in unbehandeltem Regenwasser kochen, mit der gewonnenen Seifenlauge können Textilien gewaschen werden (nicht verzehren!)
<b>Gemeiner Beinwell</b> <i>Symphytum officinale</i>	Winterhart, mehrjährig, sonniger Standort, gern feuchte Böden	Blätter und Wurzeln trocknen	fr. Blätter entzündungsh., reizmildernd; heiße Umschläge u. a. bei Entzündungen, Schwellungen, Gliederschmerzen; Tee bei inneren Geschwüren & Erkältung
<b>Mutterkraut</b> <i>Tanacetum parthenium</i>	Winterhart, mehrjährig, sonniger Standort, trockener Boden	Blüten und Blätter trocknen	Tee beruhigend und appetitanregend
<b>Rainfarn</b> <i>Tanacetum vulgare</i>	Winterhart, mehrjährig, sonnig bis leicht schattiger Standort	Blüten und Blätter trocknen	verdauungs-und appetitanregend; altes Wurmmittel (Bei Schwangeren nicht anwenden!)
<b>Baldrian</b> <i>Valeriana officinalis</i>	Winterhart, mehrjährig, sonnig bis leicht schattiger Standort, feuchte lehmhaltige Böden	Wurzeln trocknen	als Tee oder alkoholische Tinktur; Beruhigungsmittel bei Schlaflosigkeit; bei nervösen Herzbeschwerden; krampflösend bei Magen-, Darmbeschwerden
<b>Großblumige Königskerze</b> <i>Verbascum densiflorum</i>	Winterhart, zweijährig, sonniger Standort, nährstoffarme Böden	Blüten trocknen	Hustenteeemischungen; reizmildernd und auswurfördernd
<b>Goldrute</b> <i>Solidago virgaurea</i>	Winterhart, mehrjährig, sonniger Standort	Kraut zur Blütezeit trocknen	als Tee bei Nierenleiden stark harntreibend
<b>Echtes Mädesüß</b> <i>Filipendula ulmaria</i>	Winterhart, mehrjährig, sonnig bis halbschattiger Standort, gern feuchte Böden	Blüten trocknen	in Blasen-und Nierentees harntreibend; schweißtreibend in Grippetees