

Soboth **Arnika** **Balsam** **mit Shea-Butter** *von der Schnaitlerin*

Arnika (Arnica montana)

Die Volksmedizin kennt viele Anwendungen für die Arnika. Salben und Tinkturen mit Arnika wurden stets in der Hausapotheke bereitgehalten, um bei Prellungen, Verstauchungen, Quetschungen und Zerrungen bei der Hand zu sein. Blutergüsse und oberflächliche Venenentzündungen wurden damit behandelt. Auch fanden rheumatische und arthritische Beschwerden Linderung.

Arnika war im Jahre 2001 Arzneipflanze des Jahres, sie hat auch noch viele weitere sprechende Beinamen: Bruchkraut, Stichkraut, Wundkraut, Bergwohlkraut. In der Hausmedizin wird sie aus Sicherheitsgünden nur äußerlich verwendet. Teile der Wurzeln, aber hauptsächlich die Blütenblätter finden ihre Verwendung. Ätherisches Öl, Bitterstoffe, Flavone, Procyanide, Helenalin sind die wichtigsten Stoffe, die ihren Beitrag zur Linderung leisten.

Shea-Butter: Rein pflanzlich und tut der Haut gut. Sie stammt aus biologischem Anbau und wird fair trade gehandelt.

Tipp: Balsam kühl stellen.

Die Schnaitlerin



Tina Strauss
8554 Soboth 167
Tel. 0664-5099200
grafik.soboth@sobothage.at
www.schnaiteln.at