

Möhre (<i>Daucus carota</i>)	Ätherisches Öl, Provitamin A, Vitamine B ₁ , B ₂ , C, Pektin, Mineralsalze, Kohlenhydrate	Blutzuckersenkend, gegen Durchfall, Milchsekretion fördernd, Menstruation regulierend
Preiselbeere (<i>Vaccinium vitis-idaea</i>)	Organische Säuren, Provitamin A, Vitamin C, Gerbstoffe, Glykoside	Adstringierend, appetitanregend, antidiabetisch, antiseptisch, blutreinigend
Quecke (<i>Agropyrum repens</i>)	Schleimstoffe (Tritcin), Mineralsalze, viel Kieselsäure, ätherisches Öl	Blutreinigend, erweichend, harntreibend
Rainfarn (<i>Tanacetum vulgare</i>)	Ätherisches Öl, Bitterstoff, Lipide, Inulin, Harz	Insektizid, wurmtreibend, Verdauung fördernd, Menstruation regulierend
Robinie (<i>Robinia pseudoacacia</i>)	Glykoside, ätherisches Öl (zahlreiche Verbindungen), Flavonoide, Gerbstoffe	Erweichend, galletreibend, krampflösend, tonisch
Sauerampfer (<i>Rumex acetosa</i>)	Eisen, Gerbstoffe, Kaliumhydrogenoxalat, Oxalsäure, Vitamin C	Abführend, blutreinigend, magenwirksam, gegen Skorbut, verdauungsfördernd, Menstruation regulierend
Schafgarbe (<i>Achillea millefolium</i>)	Ätherisches Öl, Alkaloide, Glykoside, organ. Säuren, Phosphor, Kalium, Stickstoff	Adstringierend, antiseptisch, blutstillend, krampflösend, tonisch
Schwarzdorn, Schlehdorn (<i>Prunus spinosa</i>)	Gerbstoffe, Glykoside, Flavonoide, Vitamin C	Abführend, adstringierend, blutreinigend, harntreibend, tonisch
Steinklee (<i>Melilotus officinale</i>)	Cumarin, Glykoside, Flavonoide, Harz	Adstringierend, entzündungshemmend, harntreibend, krampflösend, sedativ
Stiefmütterchen (<i>Viola tricolor</i>)	Saponine, Flavoglykoside, Salicylsäure, Schleimstoffe, Gerbstoffe	Abführend, blutreinigend, fiebersenkend, harntreibend, krampflösend, tonisch
Vogelknöterich (<i>Polygonum aviculare</i>)	Gerbstoff, Harz, ätherisches Öl, Schleim, Kieselsäure, Flavonoide	Adstringierend, blutstillend, harntreibend, sedativ, wundheilend
Vogelmiere (<i>Stellaria media</i>)	Mineralsalze, Kieselsäure, Kalium	Harntreibend, hemmt Milchsekretion, tonisch, wundheilend
Walderdbeere (<i>Fragaria vesca</i>)	Vitamin C, Mineralsalze, Kohlenhydrate, Fruchtsäure	Adstringierend, beruhigend, blutreinigend, harntreibend, tonisch
Wegerich-Arten (<i>Plantago spec.</i>)	Schleimstoffe, Kohlenhydrate, Gerbstoffe, Mineralsalze, Schwefel	Adstringierend, blutreinigend, erweichend, harntreibend, wundheilend
Weidenröschen (<i>Epilobium angustifolium</i>)	Gerbstoffe, Pektin, Schleimstoffe	Adstringierend, erweichend, hämostatisch, wundreinigend
Wegwarte (<i>Cichorium intybus</i>)	Bitterstoffe, Intybin, Inulin, Glykoside, Eiweiß, Kautschuk, Mineralsalze, Vitamine	Abführend, blutreinigend, gallentreibend, fiebersenkend, magenwirksam, tonisch
Großer Wiesenknopf (<i>Sanguisorba officinale</i>)	Gerbstoff, Saponine, Pseudo-saponine, Flavonoide	Adstringierend, blutstillend, magenwirksam, verdauungsfördernd
Wundklee (<i>Anthyllis vulneraria</i>)	Gerbstoff, Saponine, Flavonoide	Adstringierend, blutreinigend, krampflösend, wundheilend
Winde (<i>Convolvulus arvensis</i>)	Gerbstoffe, Harz, Glykoside, Mineralsalze	Abführend, Gallensekretion fördernd

zentralanregend (analeptisch).
Tonisch: Wirkt stärkend auf den Organismus und vertreibt die Müdigkeit.
Wassertreibend: Vollendet den Ausscheidungsprozess, indem das Blut von Giftstoffen befreit wird. Einige wassertreibende Pflanzen schwemmen die Chlorsalze aus und werden deshalb gegen Wassersucht (Ödeme) angewandt, wieder andere erhöhen einfach das Volumen des Urins.
Wurmtreibend: Treibt die Würmer aus der Darmregion aus. Je nach Wurmart (z. B. Band-, Haken-, Maden- und Spulwürmer) gelangen verschiedene Pflanzen zur Anwendung.

Rasenflächen mit Klee einen guten und zarten Austrieb bringen. Die fertige Mischung kann bei der Fa. Bruno Nebelung, Albersloher Weg, 4400 Münster, bezogen werden.

Fast alle anderen Wildkräutersamen gibt es ebenfalls als Einzelsaaten im Fachhandel.

Samen von Wildpflanzen liefert auch in kleinen Mengen die Fa. Conrad Appel GmbH, Abteilung Wildpflanzen, Bismarckstraße 59, 6100 Darmstadt. □

Medizinische Eigenschaften der Pflanzen

Adstringierend (zusammenziehend): Verengt und zieht das Gewebe, die Blutgefäße (Kapillaren) und ihre Öffnungen zusammen und vermindert die Absonderung der Schleimhäute. Adstringierende Pflanzen wirken oft blutstillend und können die Verstopfung fördern.
Antiallergisch: Macht Stoffe unschädlich, die beim Menschen Allergien hervorrufen können.
Antianämisch: Bekämpft die Blutarmut durch Zufuhr von Vitamin B und Mineralstoffen (Eisen), damit im Blut wieder eine genügend große Zahl von roten Blutkörperchen erzeugt werden kann.
Antidiabetisch: Führt eine Senkung des Blutzuckergehaltes herbei.
Antinfektiös: Hilft Infektionen bekämpfen.
Antiparasitär: Tötet alle Parasiten (Insekten, Milben, Würmer).

Antiseptisch (keimtötend): Tötet die Mikroben oder verhindert ihre Ausbreitung, so daß eine Ansteckung vermieden wird. Trägt zur Desinfizierung der Wunde bei und ermöglicht die Reinigung gewisser Organe. Eukalyptus und Fichte wirken keimtötend in den Atemwegen.
Blutdruckerhöhend: Wirkt anregend und bewirkt eine Erhöhung des Blutdrucks in den Arterien.
Blutdrucksenkend: Bewirkt eine Senkung des arteriellen Bluthochdrucks.
Blutreinigend: Reinigt das Blut, indem das Ausscheiden der Abfallstoffe aus dem Körper gefördert wird. Diese Pflanzen wirken auch wassertreibend, abführend und schweißtreibend.
Hämolytisch: Greift die roten Blutkörperchen an und kann eine Blutarmut oder Gelbsucht auslösen.
Hämostatisch: Fördert die Gerinnung des Blutes, also auch die Vernarbung einer Wunde. Dies kann

durch zusammenziehende (adstringierende) Wirkung oder durch Zufuhr von gerinnungsfördernden Substanzen, wie den Vitaminen K + P, erfolgen.
Hepatisch: Hilft Leber und Galle bei den Verdauungsfunktionen, vor allem bei der Ausscheidung der Galle.
Milchsekretionshemmend: Vermindert die Aussonderung von Muttermilch.
Milchtreibend: Fördert oder aktiviert die Absonderung von Muttermilch.
Mineralsalzzuführend: Durch Zufuhr von Mineralsalzen und Spurenelementen wird das Gleichgewicht des Körpers an diesen Stoffen wiederhergestellt.
Sedativ: Beruhigt und reguliert die Nerventätigkeit.
Stimulierend (anregend): Regt die Wachheitsfunktionen, die Tätigkeit der Nerven und Gefäße an. Es gibt Anregungsmittel für bestimmte Organe, wie etwa den Verdauungstrakt oder das Herz; wieder andere wirken



Das Rebhuhn – auch seine Zukunft ist in erheblichem Maße an eine artenreiche Wildkrautflora gekoppelt
 Foto: G. Claußen