

Schönheit mit Heilkräften

Die Passionsblume ist zur Arzneipflanze 2011 gekürt worden. Zu Recht, denn sie sorgt für starke Nerven und ruhige Momente.

Die Medizinmänner der Indianer haben die Kraft der Passionsblume schon lange als Herz- und Nervenmittel verwendet. Durch Seefahrer, die aus der Neuen Welt zurückkamen, findet die Passionsblume den Weg nach Europa. Der heilkundige Mönch und Botaniker Pater Ferrari interessierte sich für die fremde Wunderpflanze. Um sie besser beobachten zu können, setzte er sie deshalb bei sich im Garten ein. Nicht weniger als sieben Jahre Geduld brauchten er und seine Schüler, bis die Schlingepflanze endlich Blüten trug. Ihr Aussehen verglich er mit den Marterwerkzeugen Christi. Die drei Narben stellen die Nägel dar, der Fadenzweig die Dornenkrone, der gestielte Fruchtknoten den Kelch, die fünf Staubbeutel die Wundmale, die Laubblätter die Lanze und die Ranken die Geißeln. Kein Wunder also, dass die Namensgebung auf das Christentum zurückführt.

Wohltat für die Nerven

Die Passionsblume wurde nicht ohne Grund zur Arzneipflanze des Jahres 2011 gekürt. Durch ihre Vielfalt an Inhaltsstoffen verhilft die Pflanze zu starken Nerven und ruhigen Momenten. Sie nimmt Spannungen und Unsicherheiten, lässt uns wieder zu uns selbst finden. Nebeneffekte dabei sind das Nachlassen

von Spannungskopfschmerzen sowie Druckgefühlen im Herzbereich. So hat sich die Passionsblume als bewährtes Tagessedativum ausgezeichnet. Ohne müde zu machen, bringt sie eine gewisse Ruhe in unser Handeln und lässt uns den Alltag ausgeglichener angehen. Reizbarkeit, Ängstlichkeit und Nervosität vergehen. Angewendet wird das Kraut der Passionsblume. Kombiniert mit weiteren Pflanzen mit ähnlichem Wirkungsspektrum gibt es gute Phytoarzneimittel auf dem Markt, häufig in Tablettenform. Daneben werden spagyrische Mischungen sowie Einzelpräparate wie beispielsweise Urtinkturen angewendet. Sie werden auch stärker eingestuft. Zudem kann in Kombination mit anderen Pflanzen individuell eine Teemischung hergestellt werden, von der mehrmals am Tag eine Tasse getrunken wird. Der Tee ist eine Begleittherapie, um die Wirkung zu verstärken.



Keine Suchtgefahr

Trotz beruhigender und ausgleichender Wirkung ist keine Abhängigkeit zu beobachten. Die Passionsblume hilft dem Körper, wieder in die richtige Bahn zurückzufinden, sie zwingt ihn aber nicht. Das ist der Grund, wieso Präparate mit Passionsblume ohne schlechtes Gewissen auch über längere Zeit eingesetzt werden können. Bleiben Sie trotzdem aufmerksam! Unruhe und Angstzustände sollten nicht zum Dauerzustand werden. Geben Sie der Naturheilkunde eine Chance, aber verpassen Sie es nicht, Rat bei einem Arzt zu suchen.

Präparate aus Passionsblumenkraut können übrigens von Jung bis Alt eingesetzt werden. Besonders die spagyrische Essenz ist ein bewährtes Kindermittel. Es fördert die normale Entwicklung, sei es im Vorschulalter oder auch später.

Steckbrief

Name deutsch:	Passionsblume
Name lateinisch:	Passiflora incarnata
Kommt ursprünglich aus:	Nord-, Mittel- und Südeuropa
Wächst in:	tropischen bis subtropischen Gegenden
Wirkt:	spasmolytisch (entkrampfend), sedativ (beruhigend)
Hilft bei:	Unruhe, Nervosität, Angst- und Spannungszuständen, Ein- und Durchschlafschwierigkeiten, Reizbarkeit, depressiven Verstimmungen, Wetterfühligkeit