

# Ringelblume

(*Calendula officinalis*)

Sollte in keiner  
Hausapotheke fehlen!

- gehört zu den Korbblütengewächsen
- ist bekannt als Garten- und Heilpflanze

**Wirkung** antibakteriell, antimykotisch, antiödematös, antiparasitär, antiviral, beruhigend, blutdrucksenkend, entzündungshemmend, immunstimulierend, wundheilungs- und granulationsfördernd

**Verwendung** **Natürliches Desinfektions- und Wundheilungsmittel:**  
z. B. Entzündungen von Haut und Schleimhaut, schlecht heilende Wunden, Dermatitis, Ekzeme, Muskelverletzungen

**Präparate mit Ringelblume** z. B. • Weleda Calendula Essenz  
• Traumeel Salbe oder Tabletten  
• Calendula-Notfallspray (St. Georg Apotheke)  
*Tipps für Ausflüge/Bergtouren:* Bei kleinen Verletzungen hat man mit dem Notfallspray immer schnell Gutes zur Hand.

**Eigene Zubereitung** Ringelblumen Tee kann getrunken oder erkaltet für Umschläge und Waschungen verwendet werden.

**Ringelblumen-Tinktur kann man auch selber herstellen!**

**Tipps zum Nachlesen:**

- <https://www.vorsichtgesund.de/heilrezept-ringelblumen-tinktur/>
- <https://www.vorsichtgesund.de/glossary/ringelblume-calendula-officinalis/>

*Für meine ganzheitliche Gesundheit & mein Leben*

*Kleines Infoblatt von:*



Praxis für klassische Homöopathie  
**MONIKA JAEGER**

Praxis für klassische Homöopathie, MONIKA JAEGER,  
Wimpasing 11, 83123 Amerang, 0 80 74 / 91 75 64,  
info@natuerlich-jaeger.de. Termine nach Vereinbarung