

Echinacea purpurea – Sonnenhut purpur



Vielen von euch ist der Sonnenhut als Echinacea bekannt. Allgemein bekannt durch seine Immunstärkende Wirkung. In Apotheken kann er in Tabletten oder Globuli Form gekauft werden und vorbeugend oder unterstützend bei Erkältungskrankheiten eingenommen werden. Aber auch als Saft, in Teemischungen und in vielen Mitteln welche bei Erkältung unterstützend wirken, findet man Echinacea (auch Bonbons, Hustensäfte etc.). Vor allem bei immer wiederkehrenden Infektionen der Atemwege und der Harnwege, zur Steigerung der körpereigenen Abwehr wird er innerlich eingesetzt. Äusserlich kann er bei Wundheilungsstörungen unterstützend eingesetzt werden.

Echinacea wirkt:

- Immunstärkend
- Antibakteriell
- Antiviral
- Pilztötend
- Wundheilungsfördernd

Die Pflanze kann heute in jedem Gartencenter gekauft werden. Er liebt die Sonne und verschönert manch Garten. Er kann aber auch problemlos im Topf auf dem Balkon gepflanzt werden.

Die Pflanze ist ein echter Leckerbissen für unsere Vögel! Es darf die ganze Pflanze verfüttert werden. Am Besten schmeckt sie natürlich ganz frisch.