

Name	Anwendungsgebiete in der Volksmedizin
Andorn	hilft bei Bronchitis, normalisiert den Herzrhythmus, appetitanregend
Baldrian	beruhigend auf Nervensystem und Körper, wirkt auch bei Magenkrämpfen oder Migräne
Birkenblätter	Blasenentzündung, Nierenschwäche
Brennnessel	Hartreibend, entzündungshemmend, blutreinigend, antiallergen
Eisenkraut	beruhigend, Nerventonicum, milchbildend
Fenchel (bitter)	lindert Blähungen und Magenschmerzen
Hagebutte	reich an Vitamin C, stärkt das Immunsystem
Hopfen	beruhigend, hilft bei seelischer Anspannung, verdauungsfördernd
Ingwer	Anti-Brechmittel, Erkältung, Kreislauf anregend, fördert Durchblutung
Kamille	desinfizierend, antiallergen, beruhigend, gegen Gicht
Koriander	beruhigend, bei Appetitlosigkeit, Durchfall, Magen-Darm Beschwerden (auch Reizdarm)
Kümmel	gegen Blähungen, Magenkrämpfe und Völlegefühl
Lavendel	beruhigend, lindert Muskelkrämpfe, gegen Schlaflosigkeit und Magenkrämpfe
Linde	schweisstreibend, beruhigend, fiebersenkend und abschwellend, gegen Migräne und Bluthochdruck
Melisse	entspannend, krampflösend, schweisstreibend, Nerventonicum
Pfefferminze	blähungslindernd, lindert Muskelkrämpfe, schweisstreibend, keimtötend, gegen Blähungen, Völlegefühl und Übelkeit
Rosmarin	gegen niedrigen Blutdruck und Verdauungsstörungen, stimmungsfördernd
Salbei	antibakteriell, schweisshemmend, beruhigend, gegen Wechseljahrsbeschwerden und Verdauungsstörungen
Schachtelhalm	Blasen- und Nierenleiden, Rheuma
Schafgarbe	desinfizierend, fiebersenkend, blutdrucksenkend, hemmt innere und äussere Blutungen, Akne
Süssholz	bei Magenbeschwerden, Husten und Sodbrennen
Thymian	keimtötend, lindert Muskelkrämpfe, bei Magengeschwüren, Bronchitis, Asthma und Husten
Weissdorn	blutdruckregulierend, als Herztonicum
Zimt Ceylon	antibakteriell, Blutdruck und Fieber senkend, verdauungsfördernd