

Herzlichen Willkommen zum YouTube-Livestream über

## Die kleine Arnika-Apotheke

**NATURA NATURANS** Arbeitsgemeinschaft für Traditionelle  
Abendländische Medizin (TAM) [www.natura-naturans.de](http://www.natura-naturans.de)

Link zur PDF: <https://www.natura-naturans.de/onlineseminare/23-06-20-arnika/>

**NATURA NATURANS**  
AG für Traditionelle  
Abendländische Medizin (TAM)



Angerfeldstr. 10 a, D-82205  
Gilching, Tel. 08105-7769002  
[office@natura-naturans.de](mailto:office@natura-naturans.de)  
[www.natura-naturans.de](http://www.natura-naturans.de)

1



Unsere nächsten Präsenz- und Onlineseminare:

### **Spiritualität und Heilkunst 3. – 5.11.2023**

Geistiges Heilen – Heilen des Geistes  
Online-AT-Autorinnen-Kongress

### **Ganzheitliche Krebstherapie 1. – 3.12.2023**

Prophylaxe, Behandlung und Nachsorge  
Hybridveranstaltung im Eibenwald bei Paterzell

Info & Anmeldung: [www.natura-naturans.de](http://www.natura-naturans.de)



**NATURA NATURANS**  
AG für Traditionelle  
Abendländische Medizin (TAM)



Angerfeldstr. 10 a, D-82205  
Gilching, Tel. 08105-7769002  
[office@natura-naturans.de](mailto:office@natura-naturans.de)  
[www.natura-naturans.de](http://www.natura-naturans.de)

2

**Bitte beachten Sie, dass Mitschnitte dieses Online-Vortrags nicht erlaubt sind!**

Die aufgeführten Rezepte verstehen sich ausschließlich als Lehrbeispiele.

Die Anwendung der aufgeführten oder im Vortrag genannten Naturheilmittel erfolgt stets auf eigene Verantwortung!

Daher sollten Sie vor der Einnahme oder Anwendung der genannten Naturheilmittel genau informieren über die korrekte Anwendung, Dosierung wie auch über mögliche Anwendungsbeschränkungen.

**Weder die Vortragenden noch Natura Naturans haften für Schäden, die aus der falschen Anwendung resultieren.**

**Wichtig:** Dieser Onlinevortrag ersetzt keinen Besuch beim Arzt oder Heilpraktiker!

Vor allem Schwangere, Stillende, Allergiker, Schwerkranke oder sehr alte Menschen sollten die Einnahme von Naturheilmitteln mit ihren Ärzten oder Heilpraktikern besprechen.



**NATURA NATURANS**  
AG für Traditionelle  
Abendländische Medizin (TAM)



Angerfeldstr. 10 a, D-82205  
Gilching, Tel. 08105-7769002  
[office@natura-naturans.de](mailto:office@natura-naturans.de)  
[www.natura-naturans.de](http://www.natura-naturans.de)

3



**„Ihr möget wohl beachten, daß diese herrliche Pflanze den freien Höhen des Urgesteins angehört, daß sie an den Stufen von Götterthronen steht!“**

(Wilhelm Pelikan:  
Heilpflanzenkunde  
Band I S. 248)

**Wichtig: Arnika steht unter Naturschutz!**  
**Bitte beachten Sie den Artenschutz und schonen die wenigen verbliebenen Naturstandorte, indem Sie die Arnika in den Bergen nur bewundern und auf keinen Fall selbst sammeln!**

**NATURA NATURANS**  
AG für Traditionelle  
Abendländische Medizin (TAM)



Angerfeldstr. 10 a, D-82205  
Gilching, Tel. 08105-7769002  
[office@natura-naturans.de](mailto:office@natura-naturans.de)  
[www.natura-naturans.de](http://www.natura-naturans.de)

4

**Für die meisten Rezepte kann man die Droge aus dem Anbau verwenden!**

**Rezeptbeispiel: Arnika-Tinktur nach Johann Künzle**

„Bereitung: Arnikablüten werden in Spiritus angesetzt, 10 Tage an die Sonne oder sonst an die Wärme gestellt, dann durchgeseiht, und die Tinktur ist fertig.

Bei offenen Wunden muß diese Tinktur so mit Wasser verdünnt werden, daß man drei Eßlöffel voll nimmt auf einen Liter Wasser. Bei Verstauchungen kann man sie unvermischt gebrauchen.“ (Johann Künzle: Chrut & Uchrut, 1935)

**Rezeptbeispiel: Zu feucht-warmen Kräuterauflagen oder Umschlägen nach Quetschungen** (Friedrich zitiert nach G. Madaus: Lehrbuch der Biologischen Heilmittel, Bd. 3 S. 596; Nachdruck der Ausgabe Leipzig 1938)  
Zirka 25 g Arnikablüten mit 250 Weinessig heiß überbrühen und warm auflegen.

**Arnikawein nach Karl Stauffer (Klinische homöop. AML)**

„(...) ich habe mich mit Vorteil eines Arnikaweines bedient, indem die zerstoßene Wurzel mit Malagawein angesetzt wurde. Alte Leute (...) bekommen bei Gebrauch besseren Appetit und sie kräftigen sich merklich.“

**Vorsicht:** Nicht geeignet bei bekannter Korbblütlerallergie! Bei empfindlichen Personen kann die Einnahme Arnika-Tinktur oder Arnika-Wein Krämpfe, Kreislaufkollaps und lähmungsartige Erscheinungen hervorrufen. Bei äußerlicher Anwendung sind allergische Hautreaktionen wie etwa Dermatitis möglich. Arnika sollte nicht auf offene Wunden aufgebracht werden!



**Bezugsquellen für getrocknete Arnikablüten oder Arnikawurzeln aus dem Kräuteraanbau:**

**Apotheken oder Kräuterläden**, z. B. **Der Kräutergarten München**, Pestalozzistr. 3, 80469 München, Tel. 089-23249802, [www.kraeutergarten-muenchen.de](http://www.kraeutergarten-muenchen.de)

**Arnika-Tinkturen, Essenzen, Salben, Gels oder die nachfolgenden Naturheilmittel kann man beziehen über Apotheken**, z. B. **Lindenapotheke**, Kellerstr. 38, 85276 Pfaffenhofen, Tel. 08441-76464, [www.lindenapo-paf.de](http://www.lindenapo-paf.de)

**NATURA NATURANS**  
AG für Traditionelle  
Abendländische Medizin (TAM)



Angerfeldstr. 10 a, D-82205  
Gilching, Tel. 08105-7769002  
[office@natura-naturans.de](mailto:office@natura-naturans.de)  
[www.natura-naturans.de](http://www.natura-naturans.de)

5



**Steckbrief**

**Echte Arnika (Arnica montana)**

**Synonyme:** Bergwohlverleih, Blutblume, >Chinin der armen Leute< (Gerhard Madaus: Lehrbuch der biolog. Heilmittel), Engelkraut, Fallkraut, Gamswurzel, >Pflanzliches Gold< (H.-H. Vogel: Wege der Heilmittelfindung), Johannisblume, >Kraftwurz<, >Mutterwurz<, ...

**Verwendete Pflanzenteile:**

- Für die Essenz: Arnicablüten
- Zur Herstellung von Heilwein und homöopath. Tinktur: Arnikawurzel

**Herkunft der Droge:**

Wildsammung (früher) < Anbau (heute)

**Wirksamkeitsbestimmende**

**Inhaltsstoffe:**

- Sesquiterpenlactone
- Ätherisches Öl (0,2 – 0,35%)
- Flavonoide (u. a. Quercetin)
- Hydroxizimtsäure/-derivate
- Hydroxycumarine
- Pyrrolizidinalkaloide (in Spuren)
- Mangan in der Asche

**NATURA NATURANS**  
AG für Traditionelle  
Abendländische Medizin (TAM)



Angerfeldstr. 10 a, D-82205  
Gilching, Tel. 08105-7769002  
[office@natura-naturans.de](mailto:office@natura-naturans.de)  
[www.natura-naturans.de](http://www.natura-naturans.de)

6



#### Was die Alten wussten

Wohlverlei „*ist eines der herrlichsten Arzneigewächse, (...) Die Arnica wirkt bei Schleimfieber, Katarrhfieber, in allen Fiebern und Entzündungen sehr gut, (...) bei Lähmungen nach Schlagfluß.*“ (Albertus Magnus, 1200 - 1280: Ausführliches Kräuterbuch)

„*Ebenso wirkt sie (Arnika) herrlich bei Verstauchungen, Verrenkungen und Aufschwellungen ...*“  
(Kräuterpfarrer Johann Künzle: Chrut & Uchrut, 1935)

„*Äußerlich findet die verdünnte Tinktur (z. B. Arnika Essenz von Wala) Anwendung bei Gicht, Hexenschuß und anderen Kreuzschmerzen, Rheumatismus, Quetschungen, Verstauchungen, Lähmungserscheinungen sowie durch Stoß oder Schlag usw. entstandenen, nicht offenen Übeln in Form von Einreibungen.*“ (Ludwig Kroeber: Das neuzeitliche Kräuterbuch; Hippokrates Verlag 1937: 48)



**NATURA NATURANS**  
AG für Traditionelle  
Abendländische Medizin (TAM)



Angerfeldstr. 10 a, D-82205  
Gilching, Tel. 08105-7769002  
[office@natura-naturans.de](mailto:office@natura-naturans.de)  
[www.natura-naturans.de](http://www.natura-naturans.de)

7



#### Heileigenschaften

(vgl. Blaschek: Wichtl, Teedrogen 2016)

„*In einer klinischen Doppelblindstudie zum Wirksamkeitsnachweis von Arnika-Salbe und Arnika-Gel bei chronischer Veneninsuffizienz konnten signifikant positive Effekte nachgewiesen werden.*“ (F. E. Brock, Z. f. Phytother. 21, 49-50, 2000)

Inhaltsstoffe wie etwa Helenalin wirken

- Entzündungshemmend
- Wundheilend
- Antibakteriell
- Antimykotisch
- Schmerzlindernd
- Antirheumatisch
- Resorptionsfördernd
- Kreislaufanregend
- Harntreibend
- Galletreibend

#### Achtung:

- Arnika wirkt Uterus tonisierend und je nach Dosierung blutflussanregend bis abortiv!
- Arnika sollte vorwiegend äußerlich angewendet werden! Die Sesquiterpenlactone sind nach oraler Gabe toxisch und können innerlich zu Allergien, Magen-Darm-Beschwerden, Atemnot und Herzstillstand führen.
- Zur Einnahme eignen sich nur homöopathische Zubereitungen.

**NATURA NATURANS**  
AG für Traditionelle  
Abendländische Medizin (TAM)



Angerfeldstr. 10 a, D-82205  
Gilching, Tel. 08105-7769002  
[office@natura-naturans.de](mailto:office@natura-naturans.de)  
[www.natura-naturans.de](http://www.natura-naturans.de)

8



Korbblütler wie die Ringelblume, das Gänseblümchen, die Goldrute oder die Kamille sind Pflanzen der Sonne. Sie heilen die Wunden des Körpers & durchlichten die Seele.



**NATURA NATURANS**  
AG für Traditionelle  
Abendländische Medizin (TAM)



Angerfeldstr. 10 a, D-82205  
Gilching, Tel. 08105-7769002  
[office@natura-naturans.de](mailto:office@natura-naturans.de)  
[www.natura-naturans.de](http://www.natura-naturans.de)

9



**„Auf Arnica verschwinden die Schmerzen einer Knöchelverstauchung oft erstaunlich rasch, (...). Die schwarz-blaue Verfärbung verstauchter Gelenke wird in überraschend kurzer Zeit verschwinden, der Schmerz wird vergehen und die Gelenkfunktion wird ungewöhnlich schnell wiederhergestellt sein.“** (James Tylor Kent: Kent's Arzneimittelbilder; Haug Verlag)

**Praxistipp bei stumpfen Traumen:** Arnika-Wundtuch (Wala) oder Retterspitz-Umschläge

**NATURA NATURANS**  
AG für Traditionelle  
Abendländische Medizin (TAM)



Angerfeldstr. 10 a, D-82205  
Gilching, Tel. 08105-7769002  
[office@natura-naturans.de](mailto:office@natura-naturans.de)  
[www.natura-naturans.de](http://www.natura-naturans.de)

10

**Samuel Hahnemann über Arnika im Apothekerlexikon, A-K S. 285:**

*„Falkkrautwohlverleih, Arnica montana, mit eiförmigen glattrandigen Blättern, und zweien entgegengesetzten Wurzelblättern, ein in hohen, gebirgigen Gegenden auf Waldböden anderthalb Schuh erreichendes Gewächs, mit perennirender Wurzel, welches im Brach- und Heumonate eine einzelne gelbe Blume trägt. (...)*

*Man schätzt sie seit langen Zeiten hoch bei inneren Stockungen der Feuchtigkeiten, des Blutes nach einem Falle, nach Quetschungen und Stößen, so wie andrer selbst die Nerven an ihrer Wirkung hindernden Materien, bei der Lähmung, dem schwarzen Staare; auch in Verhaltung der Monatreinigung und in langwierigen Wechselnfebern.*

*Ihre sinnliche Wirkung besteht in Erregung einer großen Bangigkeit in der Herzgrube, Zittern, Uebelkeit, Schweiß und Harn.“*

(Samuel Hahnemann: Apothekerlexikon, Leipzig 1793; Reprint 1966 Haug Verlag Heidelberg)



**NATURA NATURANS**  
AG für Traditionelle  
Abendländische Medizin (TAM)



Angerfeldstr. 10 a, D-82205  
Gilching, Tel. 08105-7769002  
[office@natura-naturans.de](mailto:office@natura-naturans.de)  
[www.natura-naturans.de](http://www.natura-naturans.de)

11

**Arnica in der Homöopathie**

**Die homöopathische Tinktur wird aus dem getrockneten Wurzelstock hergestellt.**  
(Julius Mezger: Gesichtete homöopath. Arzneimittellehre, Bd. 1, 232-237, 12. Aufl. 2005)

**Leitsymptome**

(vgl. Karl Stauffer: **Klinische Homöopathische Arzneimittellehre; Sonntag vErlag 10. Aufl. 1988**)

- Zerschlagenheitsgefühl, wie geprügelt.
- Septische Fieber mit zunehmender Schwäche
- Überempfindlichkeit gegen Berührung und große Schmerzempfindlichkeit
- Angst & Unruhe
- Bett erscheint zu hart
- Blutandrang zum Kopf mit kalten Gliedern, Venenschwäche
- Neigung zu blauen Flecken, Hämatomen, Blutungen
- Folgen von Nässe und Kälte
- Folgen von Überanstrengung und Übermüdung
- Folgen von Verletzung, Verrenkung und Quetschung
- Verschlimmerung durch Bewegung und Furcht vor Berührung
- Besserung durch Ruhe & Liegen

**NATURA NATURANS**  
AG für Traditionelle  
Abendländische Medizin (TAM)



Angerfeldstr. 10 a, D-82205  
Gilching, Tel. 08105-7769002  
[office@natura-naturans.de](mailto:office@natura-naturans.de)  
[www.natura-naturans.de](http://www.natura-naturans.de)

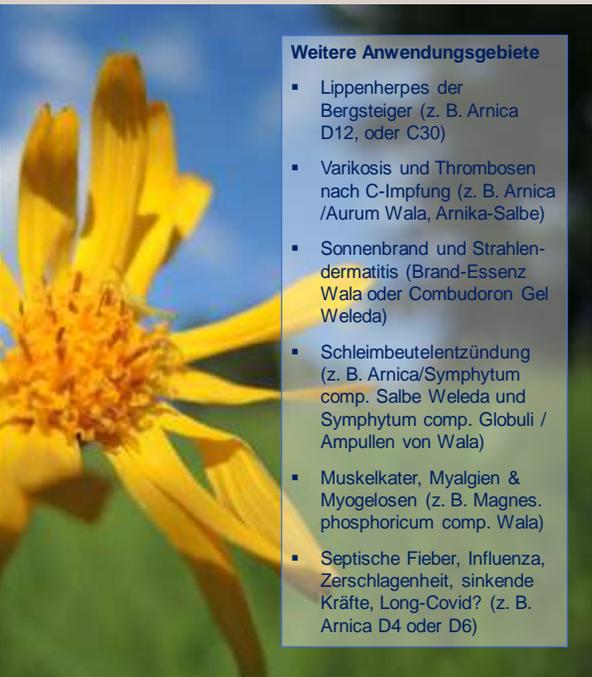
12

**Weitere Anwendungsgebiete**

- Zerschlagenheitsgefühl nach Überanstrengung (Arnica C30 & Einreibung)
- Arteriosklerose mit Bluthochdruck (z. B. Arnica/Plumbum mellitum Wala)
- Angina pectoris & Koronarsklerose (z. B. Arnica/Aurum I Wala)
- Zerebralsklerose mit Schwindel; Menière (z. B. Arnica D4 oder D6)
- Folgen von Gehirnerschütterung (Arnica C30 gefolgt von Cerebellum comp. Globuli von Wala)
- Drückende Kopfschmerzen beim Denken infolge von geistiger Überbeanspruchung

**Weitere Anwendungsgebiete**

- Lippenherpes der Bergsteiger (z. B. Arnica D12, oder C30)
- Varikosis und Thrombosen nach C-Impfung (z. B. Arnica /Aurum Wala, Arnika-Salbe)
- Sonnenbrand und Strahlendermatitis (Brand-Essenz Wala oder Combudoron Gel Weleda)
- Schleimbeutelentzündung (z. B. Arnica/Symphytum comp. Salbe Weleda und Symphytum comp. Globuli / Ampullen von Wala)
- Muskelkater, Myalgien & Myogelosen (z. B. Magnes. phosphoricum comp. Wala)
- Septische Fieber, Influenza, Zerschlagenheit, sinkende Kräfte, Long-Covid? (z. B. Arnica D4 oder D6)



**NATURA NATURANS**  
AG für Traditionelle  
Abendländische Medizin (TAM)



Angerfeldstr. 10 a, D-82205  
Gilching, Tel. 08105-7769002  
[office@natura-naturans.de](mailto:office@natura-naturans.de)  
[www.natura-naturans.de](http://www.natura-naturans.de)

13





**Arnica in der Frauenheilkunde**

*„Wochenbettmittel, fördert die Rückbildung nach der Geburt, beugt Sepsis und Blutungen vor. Auch nach Operationen.“* (Karl Stauffer: Klinische Homöopathische Arzneimittellehre; Sonntag Verlag 1988, S. 104-108)

- **Atonische Geburtsblutungen:** Je akuter die Blutung, umso höher die Potenz (z. B. Arnica C30)
- **Zustand nach langwieriger Geburt:** Bei Zerschlagenheitsgefühl Arnica D4 oder D6
- **Zustand nach Kaiserschnitt oder Unterleibsoperationen:** Arnica C30 gefolgt von Traumeel (Heel)
- **Nachblutungen nach Ausschabungen:** Arnica C30 gefolgt von Traumeel (Heel)
- **Ovarialzysten:** Als Resorptivmittel in der Arzneikombination Magnesium sulfuricum/Ovaria comp. (Wala)
- **Erhöhte Fehlgeburtneigung nach Corona-Impfung:** Arnica/Aurum I (Wala)

**NATURA NATURANS**  
AG für Traditionelle  
Abendländische Medizin (TAM)



Angerfeldstr. 10 a, D-82205  
Gilching, Tel. 08105-7769002  
[office@natura-naturans.de](mailto:office@natura-naturans.de)  
[www.natura-naturans.de](http://www.natura-naturans.de)

14

„Das Entsetzen, das sie wirklich durchlebt haben, wiederholt sich. (...) Der Arnica-Patient träumt nur davon.“ (James Tylor Kent: Kent's Arzneimittelbilder; Haug Verlag)

#### Praxistipp nach seelischen Schockerlebnissen

- Morgens: Arnica D12 Globuli (Wala)
- Tagsüber: Ceres Geranium robertianum Urtinktur
- Abends: Argentum/Rohrzucker Globuli (Wala)

**NATURA NATURANS**  
AG für Traditionelle  
Abendländische Medizin (TAM)



Angerfeldstr. 10 a, D-82205  
Gilching, Tel. 08105-7769002  
[office@natura-naturans.de](mailto:office@natura-naturans.de)  
[www.natura-naturans.de](http://www.natura-naturans.de)

15

#### Einige bewährte Arzneispezialitäten mit Arnika

- **Arnica e planta tota** D2/D4/D6 / D12 / D20 / D30 Globuli (Wala)
- **Arnika Essenz** (Wala)
- **Arnika-Gelee** (Weleda): Traumatische Schwellungen, Strahlendermatitis
- **Arnika Wundtuch** (Wala): Erste Hilfe bei Prellungen etc.
- **Arnica/Aurum I und II** (Wala): Nachbehandlung von Schlaganfall, Herzinfarkt, Corona- und Influenza-(Impf-)Folgen im Gefäßsystem?
- **Arnica / Symphytum comp., Salbe** (Weleda): Prellungen, Quetschungen, Zerrungen, ...
- **Birken Rheumaöl mit Arnika** (Wala)
- **Brandessenz** (Wala): Sonnenbrand, Verbrennungen, Strahlendermatitis
- **Cerebellum comp.** (Wala): Schwindel nach Gehirnerschütterung
- **Combudoron Gel** (Weleda): Insektenstich, Sonnenbrand, Verbrennungen, Strahlendermatitis
- **Magnesium phosphoricum comp.** (Wala): Muskelkater, Myalgie, Myogelose, Weichteilrheuma
- **Magnesium sulfuricum / Ovaria comp.** (Wala): Ovarialzysten
- **Rephastan Venen- und Sport-Massagecreme** (Repha): Krampfadern, Venenschwäche, Zerschlagenheitsgefühl in den Beinen
- **Retterspitz zum äußerlichen Gebrauch**: Gelenkentzündungen, traumatische Schwellungen, Mastitis, ...
- **Symphytum comp.** (Wala): Sehnenscheidenentzündung, Tennisellenbogen, ...
- **Traumeel** (Heel): Anregung der Wundheilung nach Operationen, Entzündungen, stumpfe Traumen und traumatische Schwellungen, ...
- **Wecicin Pulver oder Salbe** (Weleda): Wund- und Nabelpflege



**NATURA NATURANS**  
AG für Traditionelle  
Abendländische Medizin (TAM)



Angerfeldstr. 10 a, D-82205  
Gilching, Tel. 08105-7769002  
[office@natura-naturans.de](mailto:office@natura-naturans.de)  
[www.natura-naturans.de](http://www.natura-naturans.de)

16



**Ausbildung in Heilkräuterkunde & Phytotherapie**  
 (1 x jährlich als Hybridveranstaltung: Präsenz & Online)  
 Buchbar als Gesamtausbildung oder einzelne Module oder Thementage

Info & Anmeldung: [www.natura-naturans.de](http://www.natura-naturans.de)

**NATURA NATURANS**  
 AG für Traditionelle  
 Abendländische Medizin (TAM)



Angerfeldstr. 10 a, D-82205  
 Gilching, Tel. 08105-7769002  
[office@natura-naturans.de](mailto:office@natura-naturans.de)  
[www.natura-naturans.de](http://www.natura-naturans.de)

17



**Vielen Dank fürs Zuhören!**

Bitte besucht uns im Internet ([www.natura-naturans.de](http://www.natura-naturans.de))  
 und abonniert unverbindlich unseren Newsletter!

**NATURA NATURANS**  
 AG für Traditionelle  
 Abendländische Medizin (TAM)



Angerfeldstr. 10 a, D-82205  
 Gilching, Tel. 08105-7769002  
[office@natura-naturans.de](mailto:office@natura-naturans.de)  
[www.natura-naturans.de](http://www.natura-naturans.de)

18