

## Heilpflanze - Kamille



Die Kamille als Heilpflanze hat eine lange Tradition. Schon den Germanen war die Kamille so heilig, dass sie sie ihrem Lichtgott Baldur weihten. und auch die Ägypter wussten ihre Wirkung und nannten sie „Blume des Sonnengottes Re“. weil die Echte Kamille auch positive Wirkung bei Geburten zeigte, gab man ihr den wissenschaftlichen Namen „matricaria chamomilla“. Matricaria leitet sich dabei vom Wortstamm „mater“, übersetzt „Mutter“, ab.

### Kamille ist nicht gleich Kamille

Außer der hierzulande bekannten Echten Kamille kann auch die Römische Kamille (*Anthemis nobilis*) als Heilpflanze verwendet werden. Sie ist der Echten Kamille sehr ähnlich, unterscheidet sich aber in der Menge der Inhaltsstoffe. Verwendet werden Kamillenarten in gleicher Weise, jedoch ist die Römische Kamille in Mitteleuropa nur selten zu finden. Sie ist eher in West- und Südeuropa heimisch und wächst überwiegend in Höhenlagen über 1000 Meter. Die bevorzugten Standorte der Echten Kamille sind Äcker, Getreidefelder, Wegränder, Geröllhalden und Schuttplätze. Im Gegensatz zu anderen Kamillenarten weist die Echte Kamille einen hohlen Blütenboden und einen charakteristischen Geruch auf. Sie gehört zur Gattung der Korbblüter und blüht im Zeitraum Mai bis September. Gesammelt werden nur die Blütenköpfe. Diese sind allerdings sehr licht-, wärme- und druckempfindlich, sodass sie möglichst schnell verarbeitet werden sollten. Jede Kamillenblüte enthält bis zu 1,5 Prozent eines tiefblauen ätherischen Öls, dessen wichtigster Bestandteil Chamazulen ist. Dazu kommen Flavonoide und Cumarin.

**"Ein altbewährtes und immer noch beliebtes Hausmittel"**

**Zarte Pflanze – große Wirkung**

Die Wirkung der Echten Kamille ist vielfältig. Sie wirkt antiseptisch, wundheilungsfördernd, blutstillend, krampflösend, schmerzlindernd, verdauungsfördernd, immunstimulierend und beruhigend. Der Einsatzbereich ist entsprechend groß. Obwohl die Kamille generell gut verträglich ist, gibt es in der Anwendung Kontraindikationen, die beachtet werden müssen. So sollte aufgrund der entkrampfenden Wirkung Kamille nicht bei tragenden Tieren angewendet werden, da vorzeitige Wehen ausgelöst werden könnten. Auch am Auge sollte Kamille nicht angewendet werden. Kamille wirkt trocknend und könnte dadurch zur Austrocknung und damit zur Erblindung des Auges führen. Achtung ist auch bei selbst hergestellten Kamillenextrakten geboten, da diese mit Keimen verunreinigt sein könnten.



Getrocknete Kamille

### Innerliche und äußerliche Anwendungsmöglichkeiten

Da Kamille sehr gut als Tee aufbereitet werden kann, eignet sie sich natürlich auch gut für die innerliche Anwendung. Mit einer kleinen Spritze direkt ins Maul eingebracht oder einfach in den Trinknapf gegeben, wirkt der Tee ausgesprochen beruhigend z. B. bei Magenverstimmungen. Aber auch getrocknet als Futterzusatz kann Kamille verwendet werden. Als aufgebrühter Tee lässt sich Kamille auch gut äußerlich anwenden. Bei Atemwegsinfektionen können Hunde oder Katzen zusammen mit einem Topf heißen Kamillentees in eine Box gesperrt werden, sodass der Kamillendampf inhaliert wird. Am besten entfaltet sich dabei die Wirkung, wenn die Box zusätzlich mit einem Handtuch oder einer Decke abgedeckt wird. In warmen Tee getunkte Tücher, c. als Bauchwickel verwendet werden können, wirken sich positiv auf Blase und Nieren aus. Zusätzlich wirkt der Wickel schmerzlindernd bei bestehenden Bauchschmerzen. Bei Haut- und Schleimhautentzündungen z. B. in der Maulhöhle können entzündeten Stellen mit Kamillentee abgetupft werden, sodass sich die entzündungshemmende Wirkung der Pflanze lokal entfalten kann.



#### Dr. Isa Foltin

Tierärztin, Radiologin, Diplom-Journalistin

Tätigkeitschwerpunkte: Medizinjournalismus für Pharmafirmen, Wissenschafts- und Publikumsmedien, vergleichende Radiologie bei Mensch und Tier, Spezialgebiet Kernspintomographie (MRT), Fachkunde in Nuklearmedizin

Sonstiges: Dozentin an den Paracelsus Schulen, Redakteurin bei der Mittelbayerischen Zeitung, Chefredakteurin des Magazins

Fotos: © Barbara-Maria Damrau - Fotolia.com