

DROGENBEZ	PRIMELBLÜTEN
DROGE(lat)	PRIMULAE FLOS
STAMM	PRIMULA VERIS
FAMILIE	PRIMULACEAE
SYNONYME	SCHLÜSSELBLUME, GICHTKRAUT, FRAUENSCHLÜSSEL
ENERGETIK	BITTER/KÜHLEND/SCHARF / P-K-V+ (P-) [WARM, TROCKEN]
CONTRAIND	BEI BEKANNTEN ALLERGIEN GEGEN PRIMELN
ANWENDUNG	NEURASTHENIE! (mit Gliederzittern), MIGRÄNE!, NERVÖSE KOPFSCHMERZEN#, NERVOSITÄT#, SCHWINDEL!, SCHLAFLOSIGKEIT#, ANGSTZUSTÄNDE, HYSTERIE, HIRNKONGESTIONEN#, HUSTEN#, BRONCHITIS#, [KATARRHE DER LUFTWEGE#], NIERENSCHMERZEN#, BLASENSCHMERZEN#, GICHT#, GICHTSCHMERZEN#, RHEUMATISCHE SCHMERZEN#, RHEUMA, NEURALGien#, ARTHRITIS!, WUNDEN, HAUTFLECKEN, HERZWASSERSUCHT#, HERZSCHWÄCHE#, NERVÖSE HERZBESCHWERDEN#, LÄHMUNGEN, GESCHWULST, UNFRUCHTBARKEIT, HERZMUSKELENTZÜNDUNG# (MYOCARDITIS#), SCHLAGANFALL#, LÄHMUNGEN NACH SCHLAGANFALL#, (I/Ä)
WIRKUNG	EXPEKTORANS#, SEKRETOLYTIKUM#, ANTISPASMODIKUM, UMSTIMMUNGSMITTEL, KARDIOTONIKUM#, NERVINUM#, SEDATIVUM#, DIURETIKUM, DIAPHORETIKUM, ANALGETIKUM#, LAXANS,
GEWEBE	PLASMA, BLUT, MUSKULATUR, NERVEN
SYSTEME	ATMUNG, NERVEN, KREISLAUF
CH.ANALYSE	FLAVONOIDE [Isorhamnetin-, Quercetin- und Kämpferol-robinobiosid, Gossypetin, Quercetin (-rutinosid, -gentiobiosid, -3-O-glucosid), Limocitrin-3-O-glucosid, Isorhamnetin-rutinosid, Apigenin, Luteolin], CAROTINOIDE, ÄTHER.ÖL, SAPONINE,
SYNERGETEN	ANIS, FENCHEL, KAMILLE, HUFLATTICH, PRIMELWURZEL
ZUBEREITUNG	AUFGUSS: 2 TL/0.25 L (zum Sieden erhitzen, 5 Min zieh. lassen), TINKTUR (1:10/40%)

Primelblüten sind nicht nur ein gutes Expektorans, sondern auch ein probates Nervinum, Beruhigungsmittel, Schmerzmittel und Herztonikum. Als solche werden sie vor allem eingesetzt bei Migräne, Kopfschmerzen (halbseitig), Nierenschmerzen (Nierenkoliken), Blasenschmerzen, Gicht (allen schmerzhaften Symptomen der Harnsäure-Diathese), Neuralgien, Schwindel, Neurasthenie mit Gliederzittern, Schlaflosigkeit, bei mit Ruhelosigkeit u. Reizbarkeit verbundenen Angstzuständen, Erregbarkeit der Nerven, Hysterie, ferner bei Schlaganfall, Herzschwäche, Herz-muskelentzündung, Herzwassersucht sowie bei Rheuma und Arthritis.

A. Lonicerus nannte die Primel u.a. "Herba paralysis", "Arthritica" & "Arthetica" ("das ist Gichtkraut") und betrachtete die Blüten als Hauptmittel gegen die Gicht (s.u. Gicht bzw. Gegicht), aber auch als Herztonikum und wirksam gegen Apoplexie (Schlaganfall infolge plötzlichen Versagens lebenswichtiger Organe). Die Blätter und Blüten setzte er u.a. ein bei Wunden und Geschwulstbildungen, das Schlüsselblumenwasser gegen Kopfneuralgien, kalten Magen (=Gastritis bzw. Magenkatarrh kalter, mehr chronischer Natur, verursacht durch kalte Komplexion bzw. Schleim, Phlegma; s. kalter Magen), gegen Harnsteine sowie äußerlich gegen Hautflecken im Gesicht:

Die Schlüsselblume ist von hitziger & trockener Natur. Man gebraucht sie in erster Linie gegen das Gegicht; wie man sie auch verwendet, sie benimmt die Schmerzen überall, wie und wo sie am Leib auch auftreten mögen. Doch gestoßen und übergelegt wirkt sie am besten. Auch in Wein gesotten u. getrunken, hilft sie bei Gegicht. Die Blümlein nimmt man am besten als Latwerge, Zuckerkonserve oder in Form des gebrannten Wassers ein: hilft gegen Schlaganfall und ist eine gute Herzstärkung. Blätter und Blumen (Blüten) sind heilsam bei Geschwulsten und Wunden. Das aus zerhackten Blumen & Blättern gebrannte Wasser, 2 x täglich 2 Loth getrunken, erwärmt den kalten Magen und kühlt die Leber. Die Blümlein mit Wein besprengt und Wasser daraus gebrannt, vertreibt die Masen und Flecken (Hautflecken) im Angesicht, ist auch gut für schwangere Frauen, reinigt ihre Krankheit, heilt Kopfgeschwüre u. hilft gegen Harnsteine und Grieß in den Lenden (Nierensteine, Blasensteine, Nieren- u. Blasengrieß). Ein Tuch darin getetzt u. um den Kopf gebunden, legt alle von Kälte verursachten Schüss & Schmerzen des Hauptes (Trigeminusneuralgie, heftige Kopfschmerzen bzw. Stirnkopfschmerzen), heilt auch den Biß von giftigen Tieren (giftige Bisse), morgens und abends damit gewaschen oder mit einem Tüchlein übergelegt (Lonicerus sinngemäß).

Nach Matthiolus soll man den Saft aus den Blättern denen geben "welche im Leib etwas zerrissen oder die Glieder verrenkt haben", den Saft des ganzen blühenden Krautes bei Fraisen:

"Man braucht Schlüsselblumen am meisten beim Gicht. Sie nehmen den Schmerz. Man mag dazu

auch das Kraut stoßen und auflegen. Eine Zuckerkonserve aus den Blumen ist eine gute Herzstärkung. Die Wurzel gekocht, gibt man wider den Nieren- und Blasenstein. Die Blumen und Blätter äußerlich angewendet, legen Geschwülste und Gliederweh" (Matthiolus nach Losch).

Hieronymus Bock empfahl insbesondere das aus den Blüten destillierte Wasser bei Schwäche und Kräfteverfall infolge Krankheit, auch bei Schlaganfall, Kopfschmerzen und zur Herzstärkung, äußerlich zur Behandlung von Wunden, Bissen und Insektenstichen:

Die ausgerupften gelben Blüten sind zart und für die innerlichen Gebrauch am besten geeignet. Die Zuckerkonserve und auch das aus den Blüten gebrannte Wasser gibt man den schwachen, ohnmächtigen Menschen, die gar keine Kraft mehr haben & durch lange Siechtage verfallen sind, desgleichen jenen, die der Schlag (Schlaganfall) gerührt hat - es soll ein Experiment sein (von guter Wirkung sein). Die Schlüsselblume kann auch noch bei anderen innerlichen Leiden angewendet werden, denn sie ist ein besonderes confortatium & Stärkungsmittel für das Herz. Die Blüten und auch die Blätter sind heilsam, lassen die Bisse u. Stiche von giftigen Tieren abschwellen, heilen auch andere Wunden, sofern man sie mit dem gebrannten Wasser wäscht und die Blätter auflegt. Schlüsselblumenwasser ist ein Experiment (wirkt gut) gegen die von Hitze verursachten Kopfschmerzen. Die stolzen Weiber lassen sich allein aus den ausgezupften, zuvor mit Wein besprengten Blüten ein Wasser destillieren, mit dem sie ihr Gesicht waschen, in der Hoffnung, daß dadurch alle Hautflecken und Male verschwinden (H. Bock sinngemäß).

Tabernaemontanus beschrieb die Schlüsselblume als etwas scharf und bitter im Geschmack. Sie sei von zusammenziehender Natur und werde deshalb als warm und trocken angesehen.

Die Schlüsselblumen sind vor allen anderen Kräutern ein Hauptmittel gegen die Gicht. Blumen und Kraut in Wein gesotten und getrunken, haben eine besondere Kraft, den Kopf u. das kalte Hirn zu wärmen, zu trocknen (von übermäßigem Schleim infolge von Nasenkatarrh zu befreien), zu stärken und den Schlag(anfall) zu verhüten, und wie der hochgelehrte Matthiolus schreibt, benehmen die Schlüsselblumen alle Arten von Gliederschmerzen. Man kann entweder allein die Blüten in Wein legen, oder, wenn man einen etwas stärkeren Trinkwein haben will, einen guten Teil (möglw. eine Handvoll) getrockneter Blüten nehmen, dazu je ein wenig Stoechasblumen (Lavandula stoechas), Rosmarinblätter, Majoran, Melissenblätter u. Betonienkraut, je 0.5 Loth Alantwurzel, Kalmuswurzel und Galgantwurzel sowie je 1 Loth Anis- und Fenchelfrüchte. Diese Mischung legt man in eine Maß Weißwein und gibt dem Kranken tagsüber davon zu trinken. Man kann auch immer wieder Wein nachfüllen, so lange, bis der Wein nicht mehr nach den Kräutern schmeckt. Dieser Kräuterwein stärkt und erwärmt das kalte Hirn, zerteilt den groben Schleim und löst auch die Verstopfung der Nerven, weshalb er jenen nützlich ist, die einen Schlagan- fall oder auch nur einen halben Schlag erlitten haben (halbseitige Lähmung).

Etliche Ärzte nehmen auch die Schlüsselblumenwurzel, geben Kalmuswurzel, Ysopwurzel, Muskat, Gewürznelken und schwarzen Pfeffer dazu, zerstoßen alles und hängen es in einem Säckchen für 3 Tage in Branntwein, den sie danach mit Schlüsselblumen- und Endivienwasser mischen. Davon geben sie dem Kranken 3 oder 4 Loth zu trinken und halten dies für ein sonderlich Experiment (für eine erfolgreiche Therapie).

Die Wurzel in Wein oder Wasser gesotten, wird auch gebraucht, um die Verstopfung der Nieren u. der Blase zu öffnen. Gestoßen kann sie den Kindern gegen Würmer gegeben werden (Tabernaemontanus sinngemäß).

#### Getrockneter Primelblüten-Saft (Tabernaemontanus)

---

Aus Kraut, Stengeln und Blüten wird der Saft gepreßt, dann entweder an der Sonne getrocknet oder bei kleiner Hitze eingesottern, bis der Saft dick ist wie Honig. Man kann aber das zerhackte blühende Kraut auch mit Wasser übergießen, so daß die Kräuter gerade bedeckt sind, dann 1-2 Tage ziehen lassen und danach durch ein Tuch pressen und bei gelinder Hitze einsieden.

Dieser Saft ist, da er mehr zusammenzieht als der Absud vom Kraut, nützlich für jene, die im Leib etwas gebrochen oder zerissen haben (Hernien, innere Verletzungen, Fraktur), besonders, wenn er zusammen mit Schwarzwurzsaft (Beinwell, Symphytum officinale) oder dem aus Schwarzwurz gebrannten Wasser eingenommen wird. Camerarius sagt, daß jene, die mit dem "Freißlich" (s. u. Freisam, Freisch, Fraisen) beladen sind, einen Monat lang jeden Morgen 3 Loth des mit Zucker vermischten Schlüsselblumensaftes einnehmen sollen.

Den aus den Blüten gepreßten Saft ins Gesicht gerieben, vertreibt wunderbarlich die Flecken, Masen und Runzeln (Falten), verzehrt auch die Feigwarzen am Hintern und mildert die Harnwinde (Tabernaemontanus sinngemäß).

#### Schlüsselblumen-Wein (Tabernaemontanus)

---

Dieser Wein wird wie folgt gemacht: Man nehme ein Fäßchen, tue darein eine Lage Eschen- oder

Buchenspäne, darüber eine Lage des getrockneten, zerhackten Primelkrautes mit Blüten, danach folgt wieder eine Lage der Späne; das geht abwechselnd bis das Faß voll ist. Nachdem das Faß mit dem Deckel zugemacht wurde, schütte man guten Most darüber u. lasse ihn verjähren. Jene, die mit dem Gegicht oder dem halben Schlag beladen sind, sollen sich dieses Weins stetig bedienen, denn er tut gut dem kranken, blöden Haupt, zerteilt den groben Schleim, eröffnet die verstopften Nerven, welche die Ursache für genannte Schwachheiten sind. Er hilft auch wohl den Nieren u. der Blase, wenn sie von grobem Schleim oder "Phlegmate" verstopft sind, stärkt das Herz und alle innerlichen Glieder (Tabernaemontanus sinngemäß).

#### Schlüsselblumen-Extrakt (Tabernaemontanus)

---

Schlüsselblumen-Extrakt kann ähnlich wie der Saft bereitet werden, nur daß man anstelle des Wassers Branntwein über die frisch zerhackten Kräuter gießt, diese nach 1-2 Tagen auspreßt und die Flüssigkeit bei kleiner Hitze zu einer honigartigen Masse siedet. Dieser Extrakt ist gut anzuwenden bei Personen, die andere Arzneimittel in großen Dosen nicht mögen. Man gibt ihnen ein Quintlein, mehr oder weniger, je nach Gelegenheit mit Rosmarin- oder Betonienwasser ein (Tabernaemontanus sinngemäß).

#### Schlüsselblumen-Konservenzucker (Tabernaemontanus)

---

Die Schlüsselblumen-Blüten werden auch mit Zucker eingemacht: Man nehme die gelben, wohlriechenden Blüten, lasse sie für eine Nacht zwischen 2 Tüchern welken und stoße sie anderntags mit 2-3 Teilen Zucker in einem Mörser, fülle alles in eine Glas und lasse es eine Zeitlang in der Sonne stehen, rühre den Zucker mehrmals gut um und verwahre ihn danach gut verschlossen zum Gebrauch. Vom diesem eingemachten Zucker sollen regelmäßig jene nehmen, die das Gegicht haben (s. u. Gicht), aber nicht nur solche, denn der Zucker stärkt auch das Herz und alle Glieder, ist nützlich und gut gegen das kalte Hirn (Nasenkatarrh, Coryza), wie er denn überhaupt für den Kopf am nützlichsten ist, hilft gegen das feuchte, blöde Hirn (Schnupfen bzw. Nasenkatarrh mit Druckgefühl oder Schmerzen auf der Stirn, wohl auch Nebenhöhlenkatarrhe), ist sehr gut zur Verhütung und Behandlung des Schlags (Schlaganfall), stärkt auch alle innerlichen Glieder, besonders die Gebärmutter, der erkalteten, unfruchtbaren Weiber (s. u. erkaltete Mutter), ist auch gut und nützlich für Schwangere zur Stärkung (Tabernaemontanus sinngemäß).

#### Schlüsselblumen-Ölauszug (Tabernaemontanus)

---

Aus den Schlüsselblumen-Blüten kann auch ein Öl gemacht werden, auf die Weise wie es unter Kamillen beschrieben steht (oder wie in Kapitel 1, Ölauszüge aus frischen und getrockneten Pflanzen). Dieses Öl wird ebenfalls gegen das Gegicht gebraucht, indem man die Stellen, an denen die Nerven verstopft sind, damit einreibt. Man kann aber auch eine Salbe daraus herstellen: man gibt noch etwas Rautenöl, Öl von Bibergleil (Ölauszüge) und, sofern man das Öl noch stärker haben will, einen Teil Petroleum, Pfefferöl & Speiklavendelöl dazu; zum Schluß so viel Bienenwachs wie man braucht, um eine Salbe zu machen. Die Körperstellen mit der erwärmt Salbe einschmieren (Tabernaemontanus sinngemäß).

#### Schlüsselblumen-Wasser (Tabernaemontanus)

---

Wenn die Schlüsselblumen in ihrer besten Blüte sind, soll man Kraut, Stengel und Blüten zerhacken und im Balneo mariae ausbrennen (destillieren). Von diesem Wasser sollen stetig diejenigen trinken, die der Schlag berührt hat und die mit der Gicht beladen sind, ist auch gut dem kalten, schwachen Hirn (s.d.). Jene, die (infolge von Schlaganfall) die Sprache verloren haben, sollen dieses Wasser anwenden, entweder allein oder oder mit Maiblumenwasser (Convalaria majalis), davon einen guten Trunk einnehmen und auch eine Zeitlang im Mund halten.

2 bis 3 Loth vom Schlüsselblumenwasser getrunken, erwärmt alle innerlichen Glieder, ist auch gut den schwangeren Frauen u. erquickt die Frucht im Mutterleib, ist auch dienlich gegen die Ohnmacht und Schwachheit des Herzens (Herzschwäche).

Etliche, die ein stärkeres Schlüsselblumenwasser haben möchten, geben zu den Schlüsselblumen noch andere taugliche Kräuter, wie Rosmarin, Majoran, Betonie, Bertram, Alant, Galgant, Kalmus, Holzwurz u. dergleichen, legen die Kräuter für einige Tage in Wein oder Schlüsselblumenwasser, schütten danach alles in einen Kolben u. destillieren daraus ein Wasser, das sie jenen Kranken zun trinken geben, die mit dem Gegicht beladen sind, aber nur, wenn kein Fieber vorhanden ist (Tabernaemontanus sinngemäß).

Anderen Berichten zufolge wurde die Primel früher als mildes Nervinum u. Narkotikum (bei Patienten, die andere Narkotika nicht vertrugen) sowie bei Kopfschmerzen, Schlaflosigkeit und

Lähmungen eingesetzt.

Nach Bohn sind die Blüten ein gutes schmerzlinderndes Mittel bei halbseitigen Kopfschmerzen, Migräne, Gelenkrheumatismus, Gicht und wirken allgemein beruhigend bei den schmerhaften Symptomen der Harnsäure-Diathese.

Joachimowitz erachtete die Primelwurzel als ein gutes Expektorans bei Bronchial- und Lungen-erkrankungen (Bronchitis) und hielt sie für weitaus wirksamer als die Senegawurzel, derweil Kroeber sie als Ersatz für letztere verwendete. Aufgrund seiner veröffentlichten klinischen Studien bezüglich der erfolgreichen Medikation bei akuten Bronchialkatarrhen (akute Bronchitis) im 2. Stadium u. bei Lungenentzündung im Lösungsstadium wurde die Droge Bestandteil des offizinellen Arzneimittelschatzes.

Auch Leclerc hielt die Wurzel, da sie die Speichel- und Bronchialsekretion anrege, für indiziert bei Bronchitis, Keuchhusten und Lungenentzündung, überdies als Diuretikum und Laxans für geeignet zur Anfangstherapie der Grippe sowie zur äußerlichen Behandlung flächenhafter Hämatome.

Sebastian Kneipp zufolge besitzt nur die dunkelgelbe Schlüsselblume einen Wert für die Hausapotheke: "Schon der Geruch verrät, daß in all diesen Blütenkelchen eine besondere Heilflüssigkeit stecken müsse. Kaut man zwei bis drei dieser gelben Trichterchen, so fühlt man recht gut, welch medizinischen Gehalt sie bergen."

Wer Anlage hat zur Gliedersucht, zur Gliederkrankheit (Rheuma, Gicht, Arthritis) oder schon an diesen Gebresten leidet, trinke längere Zeit hindurch täglich eine Tasse Schlüsselblumen-thee. Die heftigen Schmerzen werden sich lösen und allmählig ganz verschwinden" (Kneipp).

Nach Künzle haben alle Arten von Schlüsselblumen "eine gemeinsame Kraft, die Nierentätigkeit zu fördern, Harnsäure und Schleim auszuführen. Je stärker ihr Duft, je heilkräftiger ist die Sorte." Nach ihm erhält man die besten Teezubereitungen aus den frischen Blüten; "doch behalten sie auch gedörrt den größten Teil des Aromas (...) Der Schlüsselblumentee ist jedem bekömmlich, dem Kind und dem Greis, in kranken und in gesunden Tagen (...) Den feinen Schlüsselblumenlikör bereitet man wie folgt: Man wirft eine Handvoll Blüten in ein Einmachglas, übergießt sie mit 1/3 Feinsprit und 2/3 Wasser, stellt alles acht bis zehn Tage an die Sonne, nachdem man etwas wenig Pfefferminze dazu gemischt hat. Nach dieser Zeit siebt man die Flüssigkeit ab und gibt auf den Liter 1 Pfund Zucker dazu, füllt in Flaschen ab und verkorkt sie" (Künzle).

Willfort zufolge ist die Primel als eine der ersten Frühlingspflanzen "ungemein wichtig, da sie alle Katarrhe, Verschleimungen, Husten, grippalen Erscheinungen vom Winterausgang beseitigt und das verbrauchte Vitamin C ersetzt. Die Schlüsselblumen sind als Heilmittel selbst bei schweren Bronchialkatarrhen (Bronchitis), bei Lungenentzündung oder bei Keuchhusten zu empfehlen. Außerdem wirken die Wurzeln und auch die Blüten sehr blutreinigend und scheiden alle jene Giftstoffe aus, die zu den gichtischen und rheumatischen Krankheitsbildern Anlaß geben" (Rheuma, Gicht). Schlüsselblumentee gelte ferner als ein ausgezeichnetes nervenanregendes und herzstärkendes Mittel, lindere Migräne und die nervösen Kopfschmerzen, verringere den Blutandrang zum Kopf, nehme das Zittern der Glieder, stärke bei Herzschwäche und wirke "vorzüglich bei Herzmuskelentzündung (Myocarditis), Herzschwäche, nervösen Herzbeschwerden und Neigung zu Schlaganfall. Der Tee ist eines der unschädlichsten, aber sehr wirksamen Schlafmittel und sollte endlich allen chemischen Schlafmitteln vorgezogen werden."

In DÄNEMARK werden die Wurzeln bei Erkrankungen der Atemwege, die Blüten als herzstärkendes Mittel und äußerlich gegen Kopfschmerzen und Hautunreinheiten verwendet, in LITAUEN der Aufguß des Krautes mit Wurzel als Expektorans und bei Gelenkschmerzen.

\*

Nach Gerhard Madaus ist Primula veris ein MILDES EXPEKTORANS, hat einen günstigen Einfluß auf die rheumatisch-gichtische Diathese und ist demnach ein beliebtes Mittel bei allen Affektionen der Atmungsorgane, insbesondere bei BRONCHITIS, Husten, Keuchhusten, Asthma, bei Erkältung und Grippe (als Teeaufguß wirkt Primula auch diaphoretisch), ARTHRITIS URICA bzw. GICHT sowie ARTHRITIS RHEUMATICA, des weiteren bei Nierenleiden (Nierenbeckenzündung) und Blasenleiden.

Gelobt wird sie überdies als NERVINUM und HERZTONIKUM; im einzelnen werden günstig beeinflußt: MIGRÄNE, nervöse Kopfschmerzen, Hirnkongestionen, Neuralgien (hier im Wechsel mit Colocynthis und Verbascum), SCHWINDEL, NERVENSCHWÄCHE (NEURASTHENIE) mit Gliederzittern und Schlauflosigkeit, Herzschwäche, Myocarditis (Herzmuskelentzündung) und Herzschwäche. Hauausschlag (30 Tropfen Tinktur in 0.25 Liter Wasser tagsüber trinken) und Magenkrämpfe sind weitere Indikationen.

GESCHWULSTBILDUNGEN, WUNDEN, HAUTFLECKEN: Es wird ein Brei aus Blättern u. Blüten aufgelegt.

ARTHRITIS, GLIEDERSCHMERZEN, KOPFSCHMERZEN: Nach Bedarf wird mehrmals täglich 1 Tasse eines Aufgusses aus 2 Teelöffeln Blüten und 0.25 Liter Wasser getrunken. Gleichzeitig werden mit dem Aufguß getränkete Umschläge oder ein Brei aus den Blüten aufgelegt.

ALLE ÜBRIGEN INNERLICHEN INDIKATIONEN: Nach Bedarf wird 2-3 x täglich 1 Tasse eines Aufgusses aus 2 Teelöffeln Blüten und 0.25 Liter Wasser eingenommen.

HUSTENTEE (nach Pahlow)

-----  
Primulae Rad 30.0  
Anisi Fruc cont 10.0  
Malvae Fol 10.0  
Foeniculi Fruc cont 10.0

(AUFGUSS: 2 Teelöffel der Mischung mit 0.25 Liter kochendem Wasser übergießen, nach 10 Minuten abseihen. Mehrmals täglich eine Tasse des mit Honig gesüßten Tees trinken.)

TEE GEGEN ASTHMA (nach Ulrich)

-----  
Primulae Herb cum Rad 30.0  
Farfarae Fol 30.0  
Lini Sem 30.0

(AUFGUSS: 3 Teelöffel auf 0.4 Liter Wasser)

EXPEKTORANS (nach Ripperger)

-----  
Primulae Rad Infus 5.0 : 170.0  
Lobeliae Tinct 5.0  
Ammonii anisi Liquor 5.0  
Althaeae Sirupus ad 200.0

(MIXTUR: Die angegebenen Bestandteile mischen, 4 x täglich 1 Eßlöffel einnehmen. Vor Einnahme umschütteln! Asthmatischer erhalten in diese Mixtur noch Kal. jodat. 5.0, Coff. Natr. benz. 2.0)

MIGRÄNE, SCHLAFLOSIGKEIT und SCHWINDEL (nach Rose)

-----  
Primulae Herb cum Rad 10.0  
Valerianae Rad 10.0  
Lavandulae Flos 10.0  
Lupuli Strob 10.0  
Betonicae Herb 10.0  
Hyperici Herb 10.0  
Gei urbani Rad 10.0

(AUFGUSS: 1 Teelöffel auf 0.2 Liter Wasser)

SCHLAFLOSIGKEIT (Willfort)

-----  
Primulae Flos 100.0  
Lavandulae Flos 50.0  
Lupuli Strob 30.0  
Hyperici Herb 20.0  
Valerianae Rad 10.0

(AUFGUSS: 1.5 Teelöffel auf 1 Tasse kochendes Wasser, 10 Minuten, 1 Tasse mit Honig gesüßt

vor dem Schlafengehen)

#### PRIMELBLÜTEN-ZUCKERKONSERVE (Willfort)

---

In ein verschließbares Glas wird eine daumendicke Schicht der Blüten gestreut, darüber eine Schicht Staub- bzw. Puderzucker, abwechselnd bis das Glas voll ist, zuletzt doppelt soviel Zucker wie zwischen den einzelnen Blütenschichten. Dann wird das Glas verschlossen und an einem dunklen Ort aufbewahrt (als Herzstärkungsmittel 1-3 x täglich 1 Teelöffel einnehmen).

#### PRIMELBLÜTENWEIN

---

Eine 2-Liter-Flasche wird zuerst locker bis zum Hals mit den frischen Blüten (ganze Blüten-dolden), dann mit Weißwein aufgefüllt (die Blüten müssen vom Wein bedeckt sein), leicht verkorkt und für 14 Tage in die Sonne gestellt. "Bei Herzbeschwerden nimmt man fallweise einen Schluck von dem Wein, Herzkranken können bis drei Eßlöffel voll am Tag nehmen (Treben). Oder man übergießt etwa 40 Gramm Primelblüten mit 1 Liter trockenem Rotwein und lässt das Gefäß verschlossen etwa 10 Tage stehen. Danach filtert man den fertigen Wein, füllt ihn in dunkle Flaschen und lagert ihn kühl und dunkel. 3-4 x täglich 1 Eßlöffel davon eingenommen, lindert die Gicht, reinigt die Nieren und stärkt das Herz. Mittlere Tagesdosis: 75 Milliliter, entsprechend 3 Gramm Blüten.

#### WIRKUNGEN

---

Es wurde eine expektorierende Wirkung nachgewiesen. Für die übrigen postulierten sedativen, spasmolytischen, beruhigenden, schwach diuretischen und schwach laxierenden Wirkungen nach BHP 83 fehlen experimentelle Belege (Hager).

#### DOSIERUNG

---

20 Tropfen des Fluidextraktes (Klemperer-Rost);  
1 Tasse der Wurzelabkochung (3:100) 3 x täglich (Leclerc);  
125 Milligramm des Pulvers aus Kraut und Wurzeln 3 x täglich (vgl. Madaus);  
2 Teelöffel der Blüten oder 1 Teelöffel der Wurzeln auf 0.25 Liter kaltes Wasser, zum Sieden erhitzen, 5 Minuten ziehen lassen, 2-3 x täglich 1 Tasse;  
1 gehäuften Teelöffel der zerkleinerten Wurzeln mit wenig Wasser ca. 5 Minuten auskochen, nach dem Abseihen so viel Honig zugeben, bis man eine sirupartige Flüssigkeit erhält, teelöffelweise einnehmen (Pahlow);  
1 Gramm der zerkleinerten Wurzel für Aufgüsse und Kaltauszüge als mittlere Tagesdosis;  
0.2-0.5 Gramm der Wurzeln mit kaltem Wasser ansetzen und zum Sieden erhitzen, 5 Minuten stehen lassen, abseihen, als Expektorans alle 2-3 Stunden 1 Tasse mit Honig gesüßt;  
0.5-1 Gramm der Wurzel-Tinktur (ÖAB 90) als mittlere Einzeldosis;  
2.5 Gramm der Wurzel-Tinktur (EB 6) als mittlere Einzelpause;  
7.5 Gramm der Wurzel-Tinktur (EB 6) als gebräuchliche Tagesdosis;  
3 Gramm der Blüten als mittlere Tagesdosis;  
1 Gramm der Blüten als mittlere Einzeldosis;  
1-2 Teelöffel der Blüten auf 0.25 Liter siedendes Wasser (10 Minuten), mehrmals täglich, insbesondere morgens nach dem Aufwachen und abends 1 Tasse möglichst heiß trinken;  
1-2 Milliliter des Blüten-Fluidextraktes (1:1 in EtOH 25%) 3 x täglich (Hager);  
10 Tropfen der Tinktur (1:10 in EtOH 45% - 30 Gramm auf 320 Milliliter) aus den getrockneten Blüten, 3 x täglich (Nejedli).

#### ERNTE und AUFBEREITUNG

---

Die Wurzeln werden im September geerntet und nach dem Waschen im Schatten getrocknet, die Blüten im Frühjahr von März bis April

INDEX: ELEMENTE & VITAMINE:

>.Ag.<  
>.Al.<  
>.Bi.<  
>.Fe.<  
>.Gra.<  
>.Na.<  
>.O.<  
>.Os.<  
>.P.<  
>.Se.<  
>.Si.<  
>.W.<  
>.Zn.<

Enthaltene Schüssler-Mineralsalze (Blüten mit Kelch, Blätter, Wurzel)

>S01<  
>S02<  
>S03<  
>S04<  
>S07<  
>S11<

(Siehe auch unter Primelwurzel.)

HILFSINDEX: NEURASTHENIE#, SCHWINDEL#, MIGRÄNE#, ARTHRITIS# (nicht ändern)