

Geflecktes Lungenkraut

Pulmonaria officinalis

Boraginaceae · *Pulmonaria* · Boraginales · Magnoliopsida



WIRKUNG

Innerlich: ['Hustenmittel', 'Entzündungshemmend', 'Leberstärkend']

Äußerlich: ['Wundheilung', 'Entzündungshemmend']

ANWENDUNG

Tee: {'Zubereitung': '1-2 TL getrocknete Blätter mit heißem Wasser übergießen, 10 Min. ziehen lassen, 2-3x täglich.', 'Dosierung': '2-3 Tassen täglich bei Husten und Entzündungen'}

Tinktur: {'Zubereitung': '1:5 (10% Alkohol), 10-20 Tropfen in Wasser', 'Dosierung': 'None'}

Salbe: {'Zubereitung': 'None', 'Dosierung': 'None'}

VOLKSMEDIZIN IM DEUTSCHSPRACHIGEN RAUM

Husten

ÜBERLIEFERTE HEILWIRKUNGEN

- schleimlösend
- entzündungshemmend
- wundheilend

SIGNATURENLEHRE

Blattflecken: Signatur für Lunge

Farbwechsel (rosa → blau):: Symbol für Wandlung und Anpassung

WUCHS

mehrfachjährige, krautige Pflanze

BLÜTEZEIT

- März-Mai

STANDORT

feuchte, schattige Wälder, an Bachufern und auf Kalkstein

HERKUNFT

Kontinente: ['Europa', 'Asien']

VERWENDETE PFLANZENTEILE

- Blätter

ERNTENZEIT

-
- Teil: Blatt · Monate: [3, 4, 5] · Hinweis: Ernte nur junge, frische Blätter (vor der Blüte). Vermeide stark belastete Standorte.
 - Teil: Blüte · Monate: [3, 4, 5] · Hinweis: Ernte nur die äußeren Blütenstände, um die Pflanze nicht zu stark zu belasten.

SAMMELN

- Monate: [3, 4, 5] · Hinweis: vor der Blüte oder während der Blüte sammeln, da die Blätter dann besonders reich an Inhaltsstoffen sind · Bedingungen: frische, unverfälschte Standorte in lichten Wäldern, Bachufern, feuchten Wiesen oder Gärten · Pflanzenteil: Blätter · Reifezustand: vor Reife|während Blüte
- Monate: [3, 4, 5] · Bedingungen: frische, unverfälschte Standorte in lichten Wäldern, Bachufern, feuchten Wiesen oder Gärten · Pflanzenteil: Blüten · Reifezustand: reif

LAGERUNG

Trocken, dunkel und luftdicht

INHALTSSTOFFE

- allantoin
- flavonoids
- tannins
- mucilage
- saponins

SICHERHEIT UND WECHSELWIRKUNGEN

GIFTIGKEIT

mittel

WECHSELWIRKUNGEN

Zu Wechselwirkungen liegen uns hier keine Angaben vor. Das heißt nicht, dass es keine gibt. Wenn du Medikamente nimmst, frag bitte deine Ärztin oder in der Apotheke nach.

QUELLEN

- Typ: buch · Datei: Encyclopedia of Herbal Medicine 3rd Edition.pdf · Titel: Encyclopedia of Herbal Medicine 3rd Edition · Felder: ['inhaltsstoffe', 'pflanzenteil_nutzung'] · Rubrik: heilpflanzen · Erfasst: 2026-08-12T06:38:21