

Sonnenblume

Helianthus annuus

Asteraceae · Helianthus



WIRKUNG

- Antioxidative Wirkung
- Herz-Kreislauf-Gesundheit
- Entzündungshemmung
- Antimikrobielle Wirkung
- Hautpflege

ÜBERLIEFERTE HEILWIRKUNGEN

- Zellschäden durch freie Radikale verhindern
- Cholesterinspiegel positiv beeinflussen
- Chronische Entzündungen lindern
- Antibakterielle und antivirale Eigenschaften
- Hautfeuchtigkeit erhalten

SIGNATURENLEHRE

- Gelbe Blüten könnten auf eine entgiftende und entzündungshemmende Wirkung hinweisen
- Hautpflege durch Vitamine

ERNTEZEIT

- Teil: Samen · Monate: [6, 7, 8] · Hinweis: Reif, aber noch grün. Optimal zur Neumondphase. · Mondphase: Neumond

INHALTSSTOFFE

- Apocarotenoide
- Flavonoide
- Fettsäuren
- Vitamine
- Polyphenole
- Phytosterole
- Phytinsäure

SICHERHEIT UND WECHSELWIRKUNGEN

GIFTIGKEIT

keine

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.