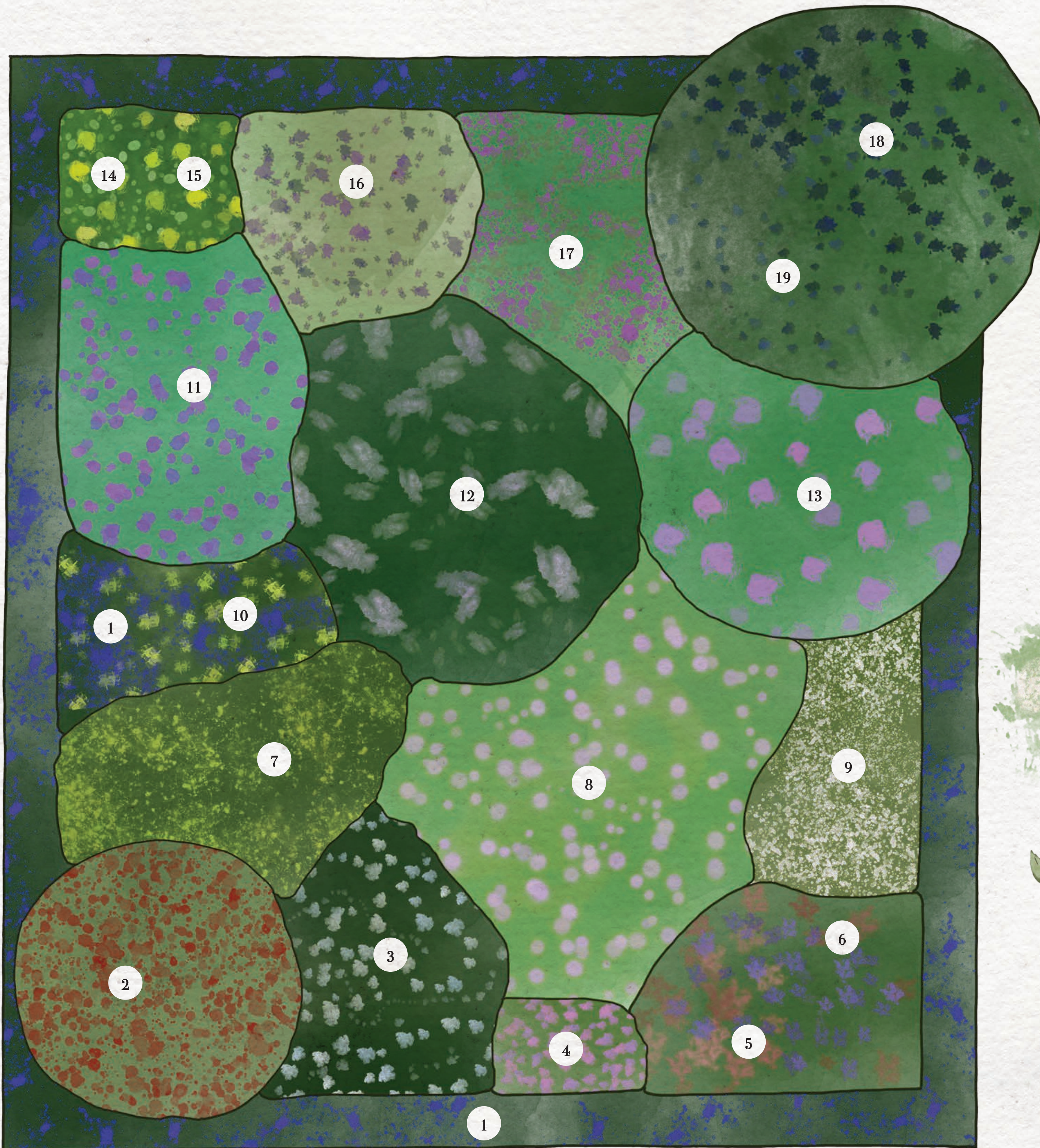


ERKRANKUNGEN DER ATEMWEGE

LES AFFECTIONS DES VOIES RESPIRATOIRES

Die Behandlung von Atemwegserkrankungen ist eine Domäne der Kräuterheilkunde, da diese Erkrankungen meist durch Viren ausgelöst werden, bei denen Antibiotika nicht wirken. Viele traditionelle Heilpflanzen werden auch heute noch zur Linderung von Erkältungsbeschwerden und zur Anregung der Immunabwehr eingesetzt. Auch die entzündungshemmende Wirkung der eingesetzten Pflanzen spielt bei Atemwegserkrankungen eine große Rolle.

La phytothérapie est une pratique particulièrement indiquée pour le traitement des affections respiratoires, puisque la plupart de celles-ci sont d'origine virale et que les antibiotiques n'ont pas d'effet sur elles. Bon nombre de plantes médicinales traditionnelles sont toujours utilisées pour soulager les refroidissements et stimuler les défenses immunitaires. Les plantes utilisées constituent un allié puissant dans le traitement des affections respiratoires également grâce à leurs propriétés anti-inflammatoires.



1. Ysop - Hysope - Ysop - Hyssopus officinalis
2. Gewöhnliche Berberitze - Épine-vinette - Dräidar - Berberis vulgaris
3. Echte Katzenminze - Cataire - Echt Kazemenz - Nepeta cataria
4. Quendel - Thym à larges feuilles - Groussen Teimerjännchen - Thymus pulegioides
5. Geflecktes Lungenkraut - Pulmonaire officinale - Getüppelt Longekraut - Pulmonaria officinalis
6. Duftveilchen - Violette odorante - Richeg Vioul - Viola odorata
7. Fenchel - Fenouil commun - (Geweinleche) Fenchel - Foeniculum vulgare
8. Gewöhnliches Seifenkraut - Saponaire officinale - Geweinlech Seefekraut - Saponaria officinalis
9. Römische Kamille - Camomille romaine - Réimesch Hondskaméieblumm - Anthemis nobilis
10. Großblütige Königskerze - Molène à fleurs denses - Groussbléieg Kinnekskäerz - Verbascum densiflorum
11. Purpur-Sonnenhut - Echinacée purpre - Roude Sonnenhutt - Echinacea purpurea
12. Echter Eibisch - Guimauve officinale - Echt Guimauwe - Althaea officinalis
13. Hundsrose - Rosier des chiens - Hondsrour - Rosa canina
14. Spitzwegerich - Plantain lancéolé - Schmuelt Weeblat - Plantago lanceolata
15. Echte Schlüsselblume - Primevère officinale - Echt Guckucksblumm - Primula veris
16. Echter Salbei - Saugé officinale - Gaardenzalfei - Salvia officinalis
17. Wilde Malve - Grande mauve - Wëll Malf - Malva sylvestris
18. Efeu - Lierre grim pant - (Geweinleche) Wantergréng - Hedera helix
19. Schwarzer Holunder - Sureau noir - Schwarzen Hielenter - Sambucus nigra



Schwarzer Holunder

Der Holunder ist eine der ältesten und beliebtesten Heilpflanzen, die den Menschen schon seit Jahrtausenden begleitet. Eingesetzt werden die Blüten als fiebersenkender und schweißtreibender Tee oder als Gurgellösung bei Atemwegserkrankungen und Fieber. Die reifen Früchte sind reich an Vitaminen und Mineralien und werden in der Volksmedizin gekocht als Saft bei Erkältungskrankheiten angewendet.

Le Sureau noir

Utilisé par l'homme depuis des siècles, le sureau constitue l'une des plantes médicinales les plus anciennes et les plus populaires. Infusées, ses fleurs aident à faire baisser la fièvre et ont une action sudorifique; en gargarisme, elles constituent un remède contre les maladies respiratoires et la fièvre. Riches en vitamines et en minéraux, les fruits mûrs du sureau sont utilisés en médecine populaire sous la forme de jus pour lutter contre les refroidissements.



Spitzwegerich

Der Spitzwegerich ist eine vielgenutzte Heilpflanze, die neben ihrer wundheilenden und hautberuhigenden Wirkung vor allem als Hustenmittel beliebt ist. Hustensäfte mit Spitzwegerich wirken schleimlösend und auswurfördernd - was auch durch eine moderne Studie belegt wurde.

Le Plantain lancéolé

Le Plantain lancéolé est une plante médicinale largement utilisée, populaire non seulement pour ses propriétés cicatrisantes et calmantes pour la peau, mais aussi, et surtout, pour son action antitussive. Comme l'a également prouvé une étude récente, les sirops pour la toux à base de plantain lancéolé favorisent l'expectoration.



Quendel/Thymian

Thymian wird schon sehr lange als Küchenkraut und Duftmittel eingesetzt. Seine Wirkung auf Lungen und Bronchien wurde allerdings erst im Mittelalter erkannt. Durch die enthaltenen Terpene und ätherischen Öle wirkt diese Pflanze auswurfördernd und antibakteriell. Sie wird, auch bei Kindern, als Tee oder Sirup gern gegen Husten angewandt.

Le serpolet/thym

Le thym est utilisé depuis très longtemps pour ses arômes et son parfum. Ce n'est toutefois qu'au Moyen Âge que ses effets sur les poumons et les bronches furent reconnus. Grâce aux terpènes et aux huiles essentielles qu'il contient, il présente des propriétés expectorantes et antibactériennes. Infusé ou en sirop, il peut en outre être employé comme traitement contre la toux, également chez les enfants.

