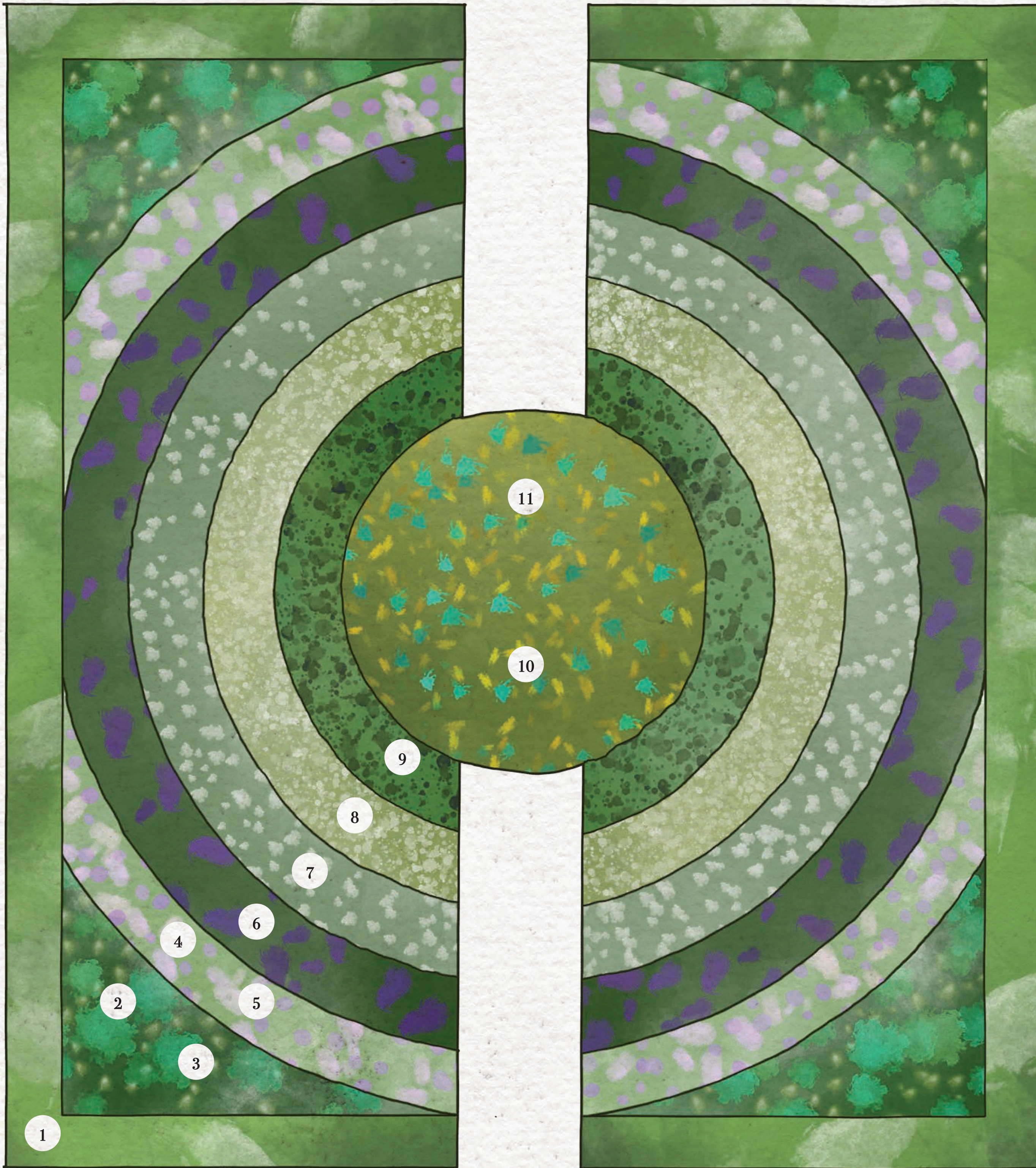


HERZ UND KREISLAUF

LE SYSTÈME CARDIOVASCULAIRE

Herz- und Kreislauferkrankungen sind potentiell sehr gefährlich und sollten nicht in Eigenregie behandelt werden. Dennoch können Heilpflanzen die ärztliche Therapie unterstützen. Sie haben eine kreislaufstabilisierende und herzstärkende Wirkung und können den Blutdruck ausgleichen. Auch heute noch kommen stark wirkende Heilpflanzen wie der Fingerhut in der modernen Herztherapie zum Einsatz. Da eine Selbstmedikation gefährlich ist, werden diese Arten hier jedoch nicht vorgestellt.

Les maladies cardiovasculaires peuvent s'avérer très dangereuses et il est absolument déconseillé de les traiter sans l'avis d'un professionnel. Les plantes médicinales peuvent toutefois être utilisées en complément d'un traitement médical. Elles ont pour vertus de stabiliser la circulation et de stimuler la fonction cardiaque et peuvent rééquilibrer la tension artérielle. Aujourd'hui encore, des plantes médicinales aux effets puissants telles que la digitale sont utilisées en cardiologie moderne. L'automédication étant dangereuse, nous nous garderons toutefois de présenter ces espèces.



1. Zitronenmelisse - Mélisse officinale - Zitrounekraut - Melissa officinalis
2. Waldmeister - Aspérule odorante - Meekraitchen - Galium odoratum
3. Wildes Stiefmütterchen - Pensée sauvage - Dräifaarweg Vioul - Viola tricolor
4. Knoblauch - Ail - Knuewelek - Allium sativum
5. Petersilie - Persil commun - Péiterséileg - Petroselinum crispum
6. Mutterkraut - Partenelle - Mudder-Wiermkraut - Tanacetum parthenium
7. Rosmarin - Romarin - Rousemaräin - Rosmarinus officinalis
8. Echtes Herzgespann - Agripaume - Häerzgespan - Leonurus cardiaca
9. Echter Wermut - Absinthe - Batteralzem - Artemisia absinthium
10. Kleines Immergrün - Petite pervenche - Birseelchen - Vinca minor
11. Eingriffliger Weißdorn - Aubépine monogyne - Eegréffelegen Hodar - Crataegus monogyna

Echtes Herzgespann

Mindestens seit dem Mittelalter wird diese stattliche Pflanze bei Herzbeschwerden eingesetzt – was auch ihr Name widerspiegelt. Sie wirkt beruhigend bei nervösen Herzbeschwerden und Herzklopfen. Indem sie den Blutdruck senkt und die Herzfrequenz verlangsamt, führt sie zur Entlastung des Herzens. Darüber hinaus hat sie generell eine beruhigende Wirkung und kommt auch bei Spannungen und Stress zum Einsatz.



L'Agripaume cardiaque

Cette plante imposante est utilisée au moins depuis le Moyen Âge pour soigner les troubles cardiaques, d'où son nom. Elle exerce un effet calmant en cas de palpitations ou de troubles cardiaques d'origine nerveuse. Elle fait diminuer la pression artérielle et ralentit le rythme cardiaque de manière à faciliter le travail du cœur. Plus généralement, elle présente en outre des propriétés apaisantes et est employée pour soulager les tensions et le stress.



Knoblauch

Knoblauch wurde schon im alten Ägypten als Heilpflanze genutzt, um Patienten gesund und leistungsfähig zu halten. Er wirkt nachweislich blutdrucksenkend, durchblutungsfördernd und senkt den Cholesterinspiegel. Knoblauch kann bedenkenlos und regelmäßig zur Vorbeugung von Herz- und Kreislauferkrankungen verzehrt werden.

L'ail

L'ail était déjà utilisé dans l'Égypte ancienne comme plante médicinale pour maintenir les patients en forme et en bonne santé. Il est reconnu pour faire baisser la tension artérielle, stimuler la circulation sanguine et réduire le taux de cholestérol. L'ail peut être dégusté sans réserve et régulièrement afin de prévenir les maladies cardiovasculaires.



Weißdorn

Weißdorn wird als Tee aus Blüten und Blättern zur Herzstärkung eingesetzt. Alters- oder stressbedingte Beschwerden des Herzens und der Herzkranzgefäße werden durch Weißdorn deutlich verbessert. Die Pflanze kann auch bedenkenlos als Langzeitmittel eingesetzt werden. In der Homöopathie kommt der Wirkstoff ebenfalls bei Herzbeschwerden und Erschöpfung zum Einsatz.

L'aubépine

Les fleurs et les feuilles de l'aubépine sont utilisées en infusion pour améliorer la fonction cardiaque. Cette plante constitue un puissant allié pour apaiser les troubles du cœur et des vaisseaux coronaires liés à l'âge ou au stress. En outre, elle peut très bien s'utiliser comme remède à long terme. En homéopathie, sa substance active est également employée pour traiter les problèmes cardiaques et la fatigue excessive.

