

Bergbohnenkraut *Satureja montana*



Seelisch-geistig
aphrodisierend, den Geist anregend,
nervenstärkend, stimulierend

Körperlich
antibakteriell, antirheumatisch, blutdruck-
steigernd, krampflösend, kreislaufanregend,
schmerzstillend, schleimlösend

Pfefferminze *Mentha piperita*



Seelisch-geistig
konzentrationsfördernd, nervenstärkend

Körperlich
zellregenerierend, kühlend, fiebersenkend,
entzündungshemmend, wundheilend, durch-
blutungsfördernd, schleimlösend, schmerz-
stillend, stark krampflösend, verdauungsför-
dernd, antibakteriell, antiviral, antimykotisch

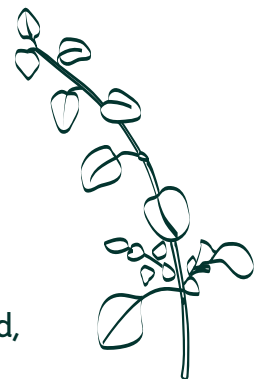
Lavendel *Lavendula officinalis*



Seelisch-geistig
entspannend, harmonisierend,
klärend, beruhigend, nervenstärkend,
angstlösend

Körperlich
entzündungshemmend, wundheilend,
zellregenerierend, schmerzlindernd,
krampflösend, immunstärkend, anti-
bakteriell, antiviral, antimykotisch

Oregano *Origanum vulgare*



Seelisch geistig
stark anregend, beruhigend,
nervenstärkend

Körperlich
sehr stark antibakteriell, antiseptisch,
antirheumatisch, stark antiviral, sehr stark
antiparasitär, blähungswidrig, blutdruck-
steigernd, durchblutungssteigernd, fieber-
senkend, harntreibend, krampflösend,
Kreislauf anregend, Leber stärkend,
menstruationsfördernd, schleimlösend,
schmerzlindernd, schweißtreibend

Wirkung auf Körper und Seele

Rosmarin

Rosmarinus officinalis

Seelisch-geistig
belebend, konzentrationsfördernd,
stärkend für Willens- und Durch-
setzungskraft



Körperlich

entzündungshemmend, durchblutungs-
fördernd, wärmend, blutdrucksteigernd,
immunstärkend, antibakteriell, antiviral,
schleimlösend, auswurffördernd

Salbei

Salvia officinalis

Seelisch-geistig
beruhigend, erfrischend,
stärkend



Körperlich

abführend, anregend, blutdrucksteigernd,
entzündungshemmend, fiebersenkend,
schleimlösend, verdauungsfördernd

Thymian

Thymus vulgaris

Seelisch-geistig
allgemein anregend,
stärkend



Körperlich

immunstärkend, durchblutungsfördernd,
schleimlösend, entzündungshemmend,
schmerzstillend, krampflösend,
auswurffördernd, stark antibakteriell,
antiviral, antimykotisch

Zitronenmelisse

Melissa officinalis



Seelisch-geistig

entspannend, harmonisierend, beruhigend,
nervenstärkend, stimmungsaufhellend

Körperlich

entzündungshemmend, krampflösend,
schmerzlindernd, herzstärkend, immu-
nstärkend, blutdruckregulierend, schlaf-
fördernd, antiallergisch, stark antiviral,
antibakteriell, insektenabweisend

Zitronenverlene

Lippia citriodora



Seelisch-geistig

aphrodisierend, anregend, stark
beruhigend, konzentrationsfördernd,
sedativ, stimmungshebend

Körperlich

antiinfektiös, antiseptisch, stark beruhigend,
entgiftend, entzündungshemmend,
fiebersenkend, schmerzstillend, verdau-
ungsfördernd, das ZNS stimulierend