

**Die Kräuter der \*Allgäuer Bergwiesen\* in der Volksheilkunde.  
Den meisten davon werden auch in der Medizin Heilwirkungen zuerkannt.**

<b>Pos.</b>	<b>Deutsche Bezeichnung</b>	<b>Botanische Bezeichnung</b>	<b>Anwendungsgebiete</b>
1	Herbst Löwenzahn	Leontodon autumnalis	harntreibende Wirkung
2	Gemeiner Löwenzahn	Taraxacum officinale	Leber-, Gallenleiden, chronische rheumatische Erkrankungen
3	Wiesenlabkraut	Galium mollugo	Hautleiden und Wunden
4	Wurmfarn	Dryopteris Felix – Mas	Bandwurm, Rheume, Krampfadern
5	Echtes Labkraut	Galium verum	Magen, Darm, Haut
6	Großer Klappertopf	Rhinanthus major	noch nicht erforscht
7	Kleiner Klappertopf	Rhinanthus minor	noch nicht erforscht
8	Flaumhafer	Avenochloa nubescens	Verstopfung, Gelenke
9	Wiesenhafer	Avenochloa pratense	Gelenke
10	Graugrünes Schillergras	Koeleria glanca	Gelenke
11	Pyramiden Schillergras	Koeleria pyramidata	Gelenke
12	Augentrost	Euphrasia rostkorlana	trärende Augen, Augenentzündungen
13	Wolliger Hahnenfuß	Ranunculus laniginosus	Rheumatismus
14	Gemeine Flockenblume	Centaurea jacea	Hautausschläge
15	Bergflockenblume	Centaurea montana	Kopfschuppen
16	Skabiosenflockenblume	Centaurea scabiosa	Hautausschläge
17	Perückenflockenblume	Centaurea pseudophrygia	Hautausschläge
18	Gemeiner Hornklee	Lotus corniculatus	Atmungorgane
19	Hufeisenklee	Hippocrepis comosa	Atmungorgane
20	Dost	Origanum vulgare	Bronchien, Nerven, Gebärmutter
21	Sonnenröschen	Helianthium	wundheilend
22	Waldmeister	Galium oderatum	belebend für Gefäße
23	Wiesenrispengras	Poa pratensis	anregend, belebend
24	Geschlängelte Schmiele	Beschampsia flexuosa	Gelenke
25	Heidekraut	Calluna vulgaris	Nieren und Harnwege
26	Glänzende Skabiose	Scabiosa lucida	Hautausschläge
27	Ährige Schopfrapunzel	Phyteuma spicatum	Kohlehydratlieferant

28	Blutwurz	Potentilla erecta	Alle Arten von Verletzungen an Mund, Hals und Darm
29	Rasenschmiele	Beschampsia cespitosa	Gelenke
30	Wundklee	Anthyllis vulneraria	Äußerliche Wunden
31	Schafgarbe	Achillea millefolium	Atemwege, Kreislauf, Fieber
32	Rotklee	Trifolium pratense	Husten, rheumatische Erkrankungen
33	Weißklee	Trifolium repens	rheumatische Erkrankungen
34	Ackerwitwenblume	Knautia arvensis	Ekzeme, Hauterkrankungen
35	Waldwitwenblume	Knautia dipsacifolia	Ekzeme, Hauterkrankungen
36	Sternmiere	Stellaria holostea	Schuppenflechte, Gelenkrheuma
37	Frauenmantel	Alchemilla vulgaris	Darm, Magen, Unterleib
38	Silbermantel	Alchemilla alpina	Darm, Magen, Unterleib (etwas wirk-
39	Brombeere	Rubus fruticosus	Hautausschläge
40	Kleines Habichtskraut	Hieracium pilosella	Hals, Augen, Darm, Geschlecht
41	Waldhabichtskraut	Hieracium silvaticum	Frostbeulen
42	Spitz -Wegerich	Plantago lanceolata	Wunden, Luftwege, Zähne
43	Wiesenquendel	Thymus serpyllum	Nerven, Krämpfe, Luftwege
44	Arnika montana	Arnika montana	Blase, Darm, Wunden
45	Sauerampfer	Rumex acetosa	Kraut für die Küche (Speisen)
46	Großes Zittergras	Brica media	Gelenke
47	Nickendes Perlgras	Melica nutans	Gelenke
48	Walderdbeere	Fragari vesca	Blutreinigung
49	Gewöhnliche Lichtnelke	Silene dioica	noch keine Nachweise
50	Große Pimpinella	Pimpinella major	Atmungsorgane, Kopf, Niere, Blase
51	Kleine Pimpinella	Pimpinella saxifraga	Atmungsorgane, Kopf, Niere, Blase
52	Silberdistel	Carlina acaulis	antibiotische Wirkung
53	Weiches Honiggras	Halcus mollis	wirkt beruhigend
54	Scheuchzers Glockenblume	Campanula Scheuchzeri	Keine Nachweise
55	Schmalblättrige Glockenblume	Campanula pusilla	Keine Nachweise
56	Wiesensalbei	Salvia pratensis	Schwindel, Zittern, Depressionen
57	Huflattich	Tussilago farfara	Entzündungen der Atemwege
58	Pestwurz	Petasites hybridus	Hautentzündungen, Wundheilmittel, (gegen Stottern)

59	Österreichischer Bärenklau	<i>Heracleum austriacum</i>	Blutdruck senkende Eigenschaft. die Verdauung fördernd
60	Heidelbeere	<i>Vaccinium myrtilus</i>	Magenkrämpfe, Durchfall
61	Preiselbeere	<i>Vaccinium vitis-idaea</i>	gegen allgemeine Erschöpfung, Luftwege, Gelenke, Muskeln
62	Himbeere	<i>Rubus idaeus</i>	Magen, Darm
63	Keulenbärlapp	<i>Lycopodium clavatum</i>	Gicht, Rheuma, Steinleiden
64	Johanniskraut	<i>Hypericum perforatum</i>	seelische Störungen, Gelenke, Kopf, Magen
65	Wohlriechendes Ruchgras	<i>Anthoxanthum odoratum</i>	duftend, wohltuend, beruhigend
66	Unbewehrte Trespe	<i>Bromus sterilis</i>	keine Nachweise
67	Feldthymian	<i>Thymus serpyllum</i>	aromatisch, nervenberuhigend
68	Gemeine Quecke	<i>Agropyron repens</i>	Gallensteine, Gelbsucht, erweichende Eigenschaften
69	Isländisch – Moos	<i>Cetraria islandica</i>	Reizmilderung bei Husten, Wundheilung
70	Gold – Pippau	<i>Crepsis aurea</i>	noch nicht erforscht
71	Zinnkraut, Schachtelhalm	<i>Equisetum arvense</i>	Beingeschwüre, Nieren – und Blasenleiden
72	Wiesenbocksbart	<i>Tragopogon pratensis</i>	antibiotische Eigenschaften
73	Berghyazinte, Orchidee	<i>Platanthera chloranta</i>	keine Nachweise (geschützt)
74	Wohlriechendes Mariengras	<i>Hierochloe oderata</i>	Duftintensiv (ähnlich Waldmeister)
75	verschiedene Enziane	<i>Gentianellae</i>	die Nerven beruhigend

Zuarbeit durch Herrn Pius Lotter