



# GARTENSERIE BELLIS PERENNIS - GÄNSEBLÜMCHEN

Dr. Martine Cachin Jus, Dipl. Hom. SHI

## Eine Pflanze vieler Namen

Das Gänseblümchen ist wohl die einzige Pflanze, die es schafft von Januar bis Dezember zu blühen. «Bellis» kommt von bellus (= hübsch, niedlich), «perennis» (=ausdauernd), also übersetzt: «Das ganze Jahr über schön». Der deutsche Name «Gänseblümchen» ergibt sich wohl daraus, weil es von den Gänsen als Leckerbissen verzehrt wird. Der Pflanze wurden die verschiedensten Volksnamen verliehen wie z.B. Augenblümchen, Herzblüml, Himmelsblume, Maiblume, Marienblümchen, Mairöserl, Massliebchen, Mondscheinblume, Morgenblume, Osterblume, Regenblume, Sonnentürchen, Tausend schön, Wundkraut.

Die germanischen Stämme im nördlichen Norden bekamen das klare Blau des Himmels nur selten zu Gesicht. Ihnen verkündete das Gänseblümchen mit dem Öffnen seines Blütenkelches die Anwesenheit des Sonnengottes Baldur. Sie gaben ihm den Namen «Baldurs Auge» oder «Bal-

durs Braue», auch die Volksnamen Augenblümchen oder Sonnenblümchen geben einen Hinweis auf diese Assoziation.

In der Blumensprache war das bescheidene Gänseblümchen bei den Kelten der heiligen Margarete geweiht und gehörte als «Blume der Bauernpatronin» zum einfachen Volk. Erst später kam es zu unerwartetem Ruhm, als es vom französischen König Ludwig IX. (1214-1270) zusammen mit der Lilie in sein Wappen aufgenommen wurde.

## Giftig nur in grossen Mengen

In geringen Mengen ist *Bellis* harmlos. Die Giftzentralen bewerten die Pflanze als nicht bis gering gefährlich. Sowohl Blüten als auch Kraut sind aber in grösseren Mengen giftig. Die Blüten enthalten Flavon und Cosmisin. Im Kraut sind v.a. die Saponin und die in geringen Mengen nachgewiesenen ätherischen Öle giftig, daneben sind Fruchtsäuren, Gerb- und Bitterstoffe enthalten. Nach Verzehr grösserer



Mengen sind insbesondere Übelkeit, Erbrechen, Durchfälle möglich. Auch Erregung und Krampfanfälle sind beschrieben.

## Bellis in der Naturheilkunde

Schon vor Jahrhunderten wurden Gänseblümchen in der Naturheilkunde eingesetzt. Sie sollen bei hohem Blutdruck, Verstopfung, Leber- und Nierenleiden, Gicht, Rheuma und Hautproblemen helfen. Früher legte sich der Gichtiker das Gänseblümchen in die Schuhe, um einen neuen Anfall vorzubeugen. Im Mittelalter geriet das Gänseblümchen in Verruf und wäre beinahe ausgerottet worden; man sagte ihm nämlich nach, es würde bei schwangeren Frauen einen Abgang herbeiführen. Bekannt ist die blutreinigende Wirkung des Gänseblümchens, welches traditionell als Heilmittel bei Hauterkrankungen und Leberleiden eingesetzt wird. Wegen der oben genannten Inhaltsstoffe ist es auch entwässernd und als Frühjahrskur geeignet. Es wirkt nicht nur bei Leberbeschwerden, sondern auch bei Hauterkrankungen. *Bellis* gehört den Korbblütengewächsen (Asteraceae) an. Als Wundheilmittel steht das Gänseblümchen anderen bekannten Korbblütlern wie Arnika, Ringelblume, Kamille und Schafgarbe in nichts nach.

## Bellis in der Homöopathie

*Bellis* wurde in die Homöopathie von

J.C. Burnett eingeführt. Die Ürtinktur wird aus der blühenden Pflanze samt Wurzeln hergestellt.

## Indikationen

Es ist hauptsächlich ein Verletzungsmittel und konkurrenziert *Arnica*. Die Volksbezeichnung «Wundwurz» oder «Beulenwurz» deutet auf diesem Indikationsbereich hin.

Die Hauptwirkung liegt auf Muskeln, Blutgefäße und Nerven.

In der Homöopathie wird es erfolgreich eingesetzt bei Verletzungen, Schwellungen, Muskelkater, Rückenverletzungen (v.a. des Steissbeins), Steissbein neuralgien, Verletzungen der Beckenorgane mit tiefem Wundgefühl, Blutungen, Bluterguss, Krampfadern, Krampfadern bei schwangeren Frauen, Furunkel, Abszess oder sogar Tumor nach Verletzungen, Brusttumor nach Verletzung.

Burnett empfiehlt es bei schwangeren Frauen, die Drucksymptome, Wundgefühl und Unwohlsein wegen der Fötusgrösse entwickeln, und die fast nicht mehr gehen können.

Es gibt bei *Bellis* ein genauso starkes Wundgefühl wie bei *Arnica*, aber diese Schmerzen sitzen tiefer als bei *Arnica*. Ein weiterer, wichtiger Unterschied ist, dass *Bellis* besser durch lokale Kälte und kontinuierliche Bewegung ist, während *Arnica* besser durch Wärme und in Ruhe ist.

Es ist v.a. ein linksseitiges Mittel.



## Auslöser

Folge von Kälte und/oder eiskalten Getränken bei Überhitzung. Beschwerden nach Operationen. Folgen von Nervenverletzungen.

Burnett empfiehlt *Bellis* bei akuten und chronischen Magenbeschwerden nach Essen von Eis.

## Einige Symptome

- Fühlt sich sehr müde.
- Verletzungen des tieferen Gewebes. Tiefes Wundgefühl.
- Gutes Mittel nach grösseren chirurgischen Eingriffen. Auch im Bauchbereich.
- Resorbiert zuverlässig die Hämatome und andere Schwellung nach Trauma.
- *Bellis* ist bei fast allen Beschwerden besser durch lokale Kälte. Eine Ausnahme bilden die Nervenverletzungen, die schlimmer durch kaltes Baden sind.
- Muskelkater mit tiefem Wundgefühl und Steifheit. Will sich hinlegen (ist aber besser durch kontinuierliche Bewegung).
- Arznei für harte Arbeiter mit Steifheit in Rücken und Beinen oder bei

Müdigkeit nach langer Reise; Verlangen zu liegen.

- Gutes Mittel bei Schwangeren, die ein Wundgefühl in den Bauchwänden und Gebärmutter haben, als ob die Gebärmutter gequetscht wäre, sowie Krampfadern entwickeln.
- Wacht frühmorgens auf und kann nicht mehr einschlafen. Von J.C. Burnett stammt die Empfehlung, die Patienten dieses Mittel nicht am Abend einnehmen zu lassen, weil *Bellis* zu Schlaflosigkeit am frühen Morgen führen kann.
- Furunkel und Abszesse sowie Hämatome sind sehr berührungsempfindlich und sind besser durch kalte Anwendungen.

## Modalitäten

Die Modalitäten von *Bellis* sind sehr wichtig zur Differenzierung mit anderen Verletzungsmitteln wie *Arnica* oder *Rhus toxicodendron*.

*Bellis* ist besser durch kontinuierliche Bewegung und kalte Anwendungen (ausser bei Nervenverletzungen). Verschlimmerung tritt durch Berührung, Bettwärme und warmes Bad (kaltes Bad bei Nervenverletzungen) ein.

## Bellis in Kürze

- Folge von Verletzung, Überanstrengung, Trauma, Kälte bei Überhitzung
- tiefes Wundgefühl, tiefer als *Arnica*
- besser lokale Kälte und kontinuierliche Bewegung, schlimmer Berührung