



## **Kamille - Medizinische Anwendungen, Wechselwirkungen, Dosierung**

Kamille Alternative Namen: *Matricaria recutita*,  
Stecknadeln, duftende Mayweed, süße falsche Kamille.

Kräuterbeschreibung Kamille ist eines der ältesten  
Gartenkräuter mit 2 bis 3 gefiederten Blättern und  
endständigen Stielen, die einzelne Blütenköpfe tragen. Für  
medizinische Zwecke ist die deutsche Kamille (*Matricaria  
recutita*) mit Abstand die bekannteste, aber auch die  
römische Kamille (*Chamaemelum nobile*). Diese aufrechten  
einjährigen Pflanzen gehören zur Sonnenblumenfamilie der  
Asteraceae. Die Blütenköpfe sind die primären  
Pflanzenteile, die in der Kräutermedizin verwendet werden.

Es ist in ganz Europa und in gemäßigten Teilen Asiens  
verbreitet. Es ist in gemäßigten Nordamerika und  
Australien weit verbreitet. Es reift in der Regel in der Nähe  
&hellip;



**Kamille**

**Alternative Namen:**

*Matricaria recutita*, Stecknadeln, duftende Mayweed, süße falsche Kamille.

## **Kräuterbeschreibung**

Kamille ist eines der ältesten Gartenkräuter mit 2 bis 3 gefiederten Blättern und endständigen Stielen, die einzelne Blütenköpfe tragen. Für medizinische Zwecke ist die deutsche Kamille (*Matricaria recutita*) mit Abstand die bekannteste, aber auch die römische Kamille (*Chamaemelum nobile*). Diese aufrechten einjährigen Pflanzen gehören zur Sonnenblumenfamilie der Asteraceae. Die Blütenköpfe sind die primären Pflanzenteile, die in der Kräutermedizin verwendet werden. Es ist in ganz Europa und in gemäßigten Teilen Asiens verbreitet. Es ist in gemäßigten Nordamerika und Australien weit verbreitet. Es reift in der Regel in der Nähe von Straßenrändern, auf Mülldeponien und in Anbauflächen als Unkraut.

Die alten Ägypter betrachteten es als universelles Heilmittel und es wird auch heute noch verwendet, um Krankheiten zu bekämpfen, Ruhe zu fördern und Angst vor dem Schlafengehen zu verebben. Als entzündungshemmendes, krampflösendes und anxiolytisches Mittel hat es eine lange Tradition in der Anwendung. Kamille ist von Natur aus koffeinfrei und kann als Kräutertee verwendet werden. Es fördert die Wundheilung, widersteht bestimmten Bakterien auf der Haut und wirkt mild beruhigend.

## **Nutzen und Nutzen**

Traditionell Kamille für Hautentzündungen, Koliken oder Dyspepsie und Angstzustände. Sowohl die römische als auch die deutsche Kamille werden seit Hunderten von Jahren medizinisch eingesetzt und als entzündungshemmendes, krampflösendes und beruhigendes Mittel eingesetzt.

Topisch wird es verwendet, um entzündliche Haut- und Schleimhauterkrankungen zu heilen, oder oral bei kleinen

kolikartigen Verdauungsproblemen und Angstzuständen oder Nervosität. Es wird häufig als Getränk, Lebensmittelzusatzstoff und Aromastoff sowie in Kosmetik-, Bade- und Haarprodukten verwendet.

Im gegenwärtigen Europa werden Kamillenpräparate, einschließlich Tinkturen, Extrakte, Tees und Salben, in großem Umfang als antibakterielle, entzündungshemmende, krampflösende und beruhigende Mittel verwendet. Extrakte werden zur Linderung von Reizungen und Schmerzen, zur Heilung von Wunden und Geschwüren sowie zur Vorbeugung und Heilung von Blasenentzündungen und Zahnproblemen eingesetzt.

### **Kamille wird zur Behandlung verschiedener Erkrankungen verwendet, darunter:**

- Prellungen.
- Kratzer.
- Hautreizungen.
- Gelenkschmerzen.
- Akne.
- Arthritis.
- Verbrennungen.
- Hautgeschwür.
- Wunden.
- Verdauungsstörungen.
- Menstruationsbeschwerden.
- PMS.
- Kopfschmerzen.

### **Nebenwirkungen**

Kamille wird allgemein als mildes und sicheres Kraut angesehen und ist in Lebensmitteln, Getränken und Kosmetika weit verbreitet. Berichten zufolge haben hohe Dosen eine leichte Gastroparese und Erbrechen verursacht.

Es können Symptome einer gelegentlichen allergischen Reaktion wie Juckreiz, Hautausschlag, Schwellung, Schwindel und Atemprobleme auftreten, die (selten) Angioödeme und Anaphylaxie verursachen können. Wenn der Patient Nebenwirkungen verspürt, wenden Sie sich umgehend an den Arzt.

Die Sicherheit während des Stillens oder der Schwangerschaft wurde nicht berücksichtigt. Personen mit einer Vorgeschichte von Allergien gegen Asteracea oder Ragweed-Pflanzen wie Sonnenblumen, Gänseblümchen und Chrysanthemen sollten keine Kamillenpräparate verwenden.

Es wurde berichtet, dass ein Tee aus römischer Kamille in hoher Konzentration Übelkeit verursacht. Diese Reaktion wird durch eine in römischer Kamille enthaltene Chemikalie namens Hymnensäure hervorgerufen.

## **Dosierung**

- **Flüssiger Extrakt (1: 1):**

45% Alkohol, 1 bis 4 Milliliter sollten dreimal täglich verwendet werden.

- **Trockenblume:**

2 bis 4 Gramm oder durch Infusion sollten dreimal täglich verwendet werden.

- **Tinktur (1: 5):**

45% Alkohol, 3 bis 10 Milliliter sollten dreimal täglich verwendet werden.

- **Extern:**

3 bis 10% des Arzneimittels durch Infusionen oder halbfeste

Zubereitungen sollten dreimal täglich verwendet werden.

### **Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten**

Aufgrund seiner beruhigenden Wirkung könnte Kamille die blutverdünnende Wirkung von Coumadin und ähnlichen Arzneimitteln verstärken. Es wird empfohlen, dieses Medikament nicht gleichzeitig mit Alkohol und Anti-Angst-Medikamenten wie Xanax, Ativan & Valium zu verwenden.

**Besuchen Sie uns auf: [natur.wiki](http://natur.wiki)**