

Johannes Wilkens
Frank Meyer
Ruth Mandera

ARNIKA

Königin der
Heilpflanzen

atVERLAG

Inhalt



- 9 **Einführung**
- 11 Alltägliche Arnikageschichten
- 14 Arnikawiesen am Sitz der Götter
- 17 Ein goetheanistischer Blick auf die Arnika
- 19 **Die Arnika – eine Königin und ihr botanischer und geografischer Umkreis**
- 20 Die Korbblütler
- 22 Amerika – der Kontinent der Arnikas
- 28 Amerikanische Arnikas – Heilpflanzen der Indianer
- 29 Die Fähigkeiten der *Arnica montana*
- 31 Gestalt und Entwicklung der einzelnen Pflanzenteile
- 36 Die Bildung von ätherischen Ölen
- 40 Das Wesentliche der Arnika
- 41 Polarität ...
- 44 ... und Steigerung
- 45 Pflege und Anbau
- 53 Die Verwandten der Arnika
- 53 Ringelblume (*Calendula officinalis*)
- 56 Kamille (*Matricaria recutita*, früher *Matricaria chamomilla*)
- 59 Sonnenhut (*Echinacea*-Arten)
- 63 Gänseblümchen (*Bellis perennis*)
- 66 Löwenzahn (*Taraxacum officinale*)
- 70 Wegwarte (*Cichorium intybus*)
- 73 Disteln
- 74 Mariendistel (*Silybum marianum*, früher *Carduus marianus*)
- 76 Eselsdistel (*Onopordum acanthium*)
- 77 Artischocke (*Cynara cardunculus* subsp. *flavescens*,
früher *Cynara scolymus*)
- 79 Benediktenkraut, Benediktendistel, Bitterdistel
(*Cnicus benedictus*)
- 81 Edelweiß (*Leontopodium nivale*)

85 **Arnika – Geschichte und Mythos**

- 86 Die Arzneigeschichte der Arnika
- 89 Die Namensgebung
- 90 Wolfsblume Arnika
- 92 Sonnentier Wolf

99 **Heilen mit der Arnika**

- 100 Goethes Krankengeschichte als Vorbild der Arnikawirkungen
- 104 Wirkstoffe der Arnika
- 110 Arnika in der Pflanzenheilkunde
- 114 Eine Fallgeschichte
- 115 Selbstversuch mit Arnikatee
- 116 Arnika in der Homöopathie
- 117 Ergebnisse der Arzneimittelprüfung
- 123 Ein historischer Fall
- 126 Wissenschaftliche Untersuchungen zur homöopathischen Anwendung von *Arnica montana*
- 130 Arnika bei Schädigungen von Wirbelsäule und Bandscheiben
- 133 Arnika (und Brennnessel) bei Verbrennungen
- 139 Arnika bei entzündlichen Erkrankungen
- 140 Die Bedeutung der Arnika bei Blutern
- 141 Arnika beim psychischen Trauma
- 143 Arnika in der Anthroposophischen Medizin
- 143 Strukturgebung für das Nervensystem
- 145 Arnika und Gold

157	Arnika beim Herzinfarkt
165	Arnika beim Schlaganfall
171	Arnika bei multipler Sklerose
180	Arnika und die Honigbiene bei Nervenentzündungen und -schmerzen
188	Arnika bei Hirntumoren
191	Arnika und Auge
196	Arnika bei und nach Impfungen
197	Arnika und Arseneisen bei Muskeldystrophie
199	Epilog
203	Literatur
216	Bildnachweis
217	Autoren
219	Stichwortverzeichnis