

# Citrus limon / Cit-I.

(Zitrone, Citrus x limon L./BURM.F.)



## **Pflanze:**

Der Zitronenbaum ist eine Zitruspflanze, die zur Familie der Rautengewächse gehört und wahrscheinlich aus dem Norden Indiens stammt. Sie ist aus einer Kreuzung der Bitterorange mit der Zitronatzitrone entstanden. Schon um 1000 n. Chr. ist die Verwendung der Zitronenfrüchte zu Nahrungs- und Heilzwecken aus China und Mitteleuropa üblich. Während das Fruchtfleisch der Zitrone vor allem Fruchtsäuren enthält, findet sich in den Schalen besonders viel ätherisches Öl mit dem Hauptwirkstoff Limonen.

## **Name und übliche Potenz**

### **der pharmazeutischen Zubereitung:**

Citrus limon spag. Zimpel Ø

## **Verwendete Pflanzenteile:**

In der Regel die ganzen, frischen Früchte.

## **Wirkaspekte:**

phytotherapeutisch, homöopathisch, aromatherapeutisch

## **Eigenschaften:**

- stoffwechselanregend
- entzündungswidrig
- durchblutungsfördernd
- venenkräftigend
- blutbildend
- blutstillend
- tonisierend

## **Indikationen:**

- Stoffwechselschwäche
- Metabolisches Syndrom
- Infektionen mit Fieber
- Arteriosklerose
- Krampfadern
- Thrombose
- Ödeme

- Kreislaufschwäche
- Hypotonie
- Blutungen
- Schwäche im Blutaufbau
- Milzschwäche, Milzschwellung
- Heuschnupfen
- Sonnenstich
- Krebschmerzen

#### **Wirkprofil im körperlichen Bereich:**

Citrus limon ist eine spagyrische Pflanzenessenz mit anregender Grundwirkung auf Kreislauf und Stoffwechsel. Träge Funktionen in der Entgiftung und Ausscheidung werden angeregt und damit zusammenhängende Beschwerden reguliert. Sie ist eine wertvolle Unterstützung beim so genannten metabolischen Syndrom (Kombination von Übergewicht, Bluthochdruck, hohen Blutfett- und Blutzuckerwerten). Ausserdem regt Citrus limon den Blutfluss an, sowohl in den Arterien als auch in den Venen. Somit ist die Essenz eine wertvolle Unterstützung bei der Behandlung von Arteriosklerose und Venenproblemen. Auch besitzt sie eine anregende Wirkung auf die Wasserausscheidung bei Ödemen. Der tonisierende und erfrischende Effekt von Citrus limon stabilisiert die Kreislaufverhältnisse bei allgemeiner Schwäche, niedrigem Blutdruck und Kollapsneigung.

Die Essenz kann auch bei Entzündungen, Infektionen und Fieber eingesetzt werden, ebenfalls bei einem schwachen Blutaufbau, Blutungsneigung und einer schwachen Milzfunktion mit Schwellung. Aus dem homöopathischen Arzneibild sind zudem positive Effekte bei Sonnenstich und Krebschmerzen bekannt und aus der anthroposophischen Medizin die Regulation allergischer Reaktionen bei Heuschnupfen.

#### **Transformationsziele:**

- Den Stoffwechsel sowie Ausscheidung und Entgiftung anregen und deren Funktionen stärken.
- Für eine gute Durchblutung in Arterien und Venen sorgen.
- Den Kreislauf anregen und stabil halten.

#### **Wirkprofil im seelisch-geistigen Bereich:**

Bei der Essenz Citrus limon ist vor allem das Spannungsverhältnis zwischen Freiheit und Pflicht bedeutsam. Freisein hat für diese Menschen einen hohen Stellenwert und sie verabscheuen alles, was sie einengt und in ihrer freien Entfaltung hemmt. So kommen sie immer wieder mit den Pflichten des Alltags in Konflikt, was schnell zu Auseinandersetzungen mit anderen führen kann. Da sie von ihrem Wesen her aber eher träge und langsam sind, lassen sie sich immer wieder von äusseren Zwängen beherrschen und überlassen sich den Anforderungen, welche die Umgebung an sie stellt. Ihre Freiheitsliebe erstickt schliesslich in Teilnahmslosigkeit und Gleichgültigkeit. So bleiben diese Menschen schliesslich in alten Mustern gefangen und leben ihren Hang zur Freiheit ausserhalb des realen Lebens aus (z.B. Internet, Computerspiele, Nachtleben).

#### **Transformationsziele:**

- Gibt Leichtigkeit und Schwung, wenn man in alten Mustern gefangen ist.
- Belebt und konfrontiert mit dem Hier und Jetzt des realen Lebens.
- Lässt erkennen, dass man sich den Pflichten der Gegenwart erst stellen muss, ehe man sich von ihnen befreien kann.