

Primula veris / Prim-v.

(Echte Schlüsselblume, *Primula veris* L.)



Pflanze:

Die Echte Schlüsselblume gehört zur Familie der Primelgewächse und erhielt ihren Namen durch die Ähnlichkeit des Blütenstandes mit einem Schlüsselbund. Die Pflanze wächst in ganz Europa (ausser dem äussersten Norden und Süden) und in Vorderasien. Zu finden ist sie hauptsächlich auf kalkreichen Böden, auf trockenen Wiesen, an Waldrändern und in hellen Waldlichtungen. Man kann die Echte Schlüsselblume bis auf 1700 Meter Meereshöhe antreffen.

Name und übliche Potenz

der pharmazeutischen Zubereitung:

Primula veris spag. Zimpel D4

Verwendete Pflanzenteile:

In der Regel die ganze, frische, blühende Pflanze.

Wirkaspekte:

phytotherapeutisch, homöopathisch

Eigenschaften:

- entzündungswidrig
- schleimlösend
- hustenreizstillend
- schmerzlindernd
- herzstärkend
- kreislaufregulierend

Indikationen:

- grippaler Infekt
- Bronchitis
- Husten
- Stimmchwäche
- Neuralgien
- Muskel- und Gelenkschmerzen
- Kopfschmerzen und Migräne
- Schwindel
- Herz- Kreislaufschwäche
- Hitzewallungen

Wirkprofil im körperlichen Bereich:

Primula veris zeigt Wirkungen im Bereich der Atmungsorgane, im Herz-Kreislaufsystem sowie an Nerven, Muskeln und Gelenken. Die entzündungswidrigen und schleimlösenden Effekte machen sie zu einer wichtigen Essenz bei der Behandlung von Erkrankungen der Atemwege, wobei es sich sowohl um die Beschwerden einer gewöhnlichen Erkältung handeln kann wie auch um akute oder chronische Entzündungen der Bronchien mit viel Schleim und einem brennenden, stechenden Husten. Brennen und Stechen sind die charakteristischen Schmerzáusserungen bei Primula veris. Man findet sie auch bei anderen Symptomen z.B. bei Muskel-, Gelenk- und Nervenschmerzen. Besonders die oberen Extremitäten sind hierfür anfällig – vor allem Schultern, Arme und Hände der rechten Seite – während an den unteren Extremitäten eher die linke Seite betroffen ist.

Typisch für Primula veris ist ein Blutandrang zum Kopf mit Hitzewallungen. Diese können mit Kopfschmerzen, Schwindel, Ohrensausen und neuralgischen Schmerzen verbunden sein. Das Gesicht ist heiss und zeigt rote Flecken. Auch bei Herzschwäche wird Primula veris gerne eingesetzt, besonders wenn ein Schwächegefühl in der Brust mit Herzklopfen verbunden ist.

Transformationsziele:

- Entzündliche Beschwerden der Atemwege gut und vollständig ausheilen.
- Schmerzen im Bewegungsapparat lösen und die Gewebe entspannen.
- Den arteriellen Blutfluss harmonisieren und Stauungen abbauen.

Wirkprofil im seelisch-geistigen Bereich:

Bei Primula veris wechseln sich Phasen ängstlicher Anspannung mit solchen einer fröhlichen Gelassenheit ab. Das Gefühl von Druck, Zwang und Einengung ist für diese Menschen schwer erträglich. Wenn sie ihre Freiheit bedroht fühlen, reagieren sie mit Erregung und Abwehr. Dann können sie sehr eigensinnig und trotzig werden. Entsprechend kann es zu psychosomatischen Reaktionen kommen, die dem körperlichen Wirkbild der Essenz entsprechen, vor allem zu Blutandrang zum Kopf und Hitzewallungen. In ihrer gesteigerten Erregtheit flössen ihnen diese Symptome jedoch oft Angst ein z.B. davor, sie würden gleich ohnmächtig umfallen oder einen Schlaganfall bekommen. Lösen sich einen- gende Situationen auf, können diese Menschen rasch wieder einen entspannten und fröhlichen Eindruck machen.

Transformationsziele:

- Auch in Phasen von Druck und Zwang innere Freiheit bewahren können.
- Unangenehme Herausforderungen annehmen und sich von ihnen nicht blockieren lassen.
- Beim Gefühl eines körperlichen Überdrucks ruhig und gelassen reagieren.