

Salvia officinalis / Salv.

(Echter Salbei, *Salvia officinalis* L.)



Pflanze:

Der Echte Salbei ist ein wärmeliebender Halbstauch aus der Familie der Lippenblütler. Seine Heimat ist die Mittelmeerregion, wo er an trockenen und steinigen Standorten auf kalkreichen Böden oft üppig gedeiht. Durch einen hohen Gehalt an ätherischen Ölen duftet die ganze Pflanze sehr intensiv. Da das Öl das giftige Thujon enthält, kann ein Dauergebrauch grösserer Mengen gesundheitlich problematisch sein. Der Einsatz der spagyrischen Essenz ist in der üblichen Einnahmemenge ungefährlich, sie sollte bei Schwangeren oder Epileptikern aber vorsichtshalber potenziert verwendet werden.

Name und übliche Potenz

der pharmazeutischen Zubereitung:

Salvia officinalis spag. Zimpel Ø

Verwendete Pflanzenteile:

In der Regel die frischen oberirdischen Teile zur Blütezeit.

Wirkaspekte:

phytotherapeutisch, aromatherapeutisch

Eigenschaften:

- entzündungswidrig
- keimwidrig
- verdauungsanregend
- hormonell regulierend
- schweisshemmend
- milchflusshemmend
- stärkend und aufbauend

Indikationen:

- Mundschleimhautentzündung
- Zahnfleischentzündung
- Mandel- bzw. Rachenentzündung
- Virusinfektionen
- grippaler Infekt
- Herpesinfektionen
- Hormonstörungen
- Pubertätsstörungen

- Wechseljahrbeschwerden
- Schweissausbrüche
- Hitzewallungen
- Hemmung der Milchproduktion
- Verdauungsschwäche
- Erschöpfungszustände, Kreislaufschwäche
- Altersschwäche

Wirkprofil im körperlichen Bereich:

Die Essenz Salvia officinalis hat vor allem entzündungswidrige und antimikrobielle Wirkungen. Sie wird daher vor allem bei Infektionen der Schleimhäute eingesetzt, besonders solchen im Bereich Mund, Rachen und Atemwege. Der keimwidrige Effekt ist deutlich ausgeprägt, vor allem gegen Viren. Somit ist die Verwendung von Salvia officinalis bei jeder Form einer viralen Infektion in Erwägung zu ziehen, sei es eine einfache Rhinitis, ein grippaler Infekt oder eine Herpesinfektion.

Ein weiterer Schwerpunkt der Wirkung liegt auf hormoneller Ebene. Hier hilft Salvia officinalis vor allem, wenn durch hormonelle Umstellungen (Pubertät, Wechseljahre) Kreislauf und Schweissdrüsen reagieren. In solchen Fällen wirkt die Essenz stabilisierend und hemmend auf die Schweissproduktion. Aber auch ein vermehrtes Schwitzen, das andere Ursachen hat, kann durch die Gabe des Mittels positiv beeinflusst werden. Salvia officinalis passt immer, wenn das übermässige Schwitzen mit Schwäche, Kreislaufstörungen und Kälte der Extremitäten verbunden ist. Die hemmende Wirkung erstreckt sich bei Salvia officinalis zudem auf die Milchdrüsen, weshalb die Essenz ein wichtiges Mittel beim Abstillen ist. Schliesslich regt die Essenz die Verdauungsdrüsen an und hilft bei nachlassender Kraft im Alter.

Transformationsziele:

- Entzündete Schleimhäute rasch ausheilen und sie widerstandsfähig machen.
- Das Hormonsystem regulieren und die Schweissproduktion im gesunden Mass halten.
- Eine überschliessende oder nicht mehr erwünschte Milchproduktion eindämmen.

Wirkprofil im seelisch-geistigen Bereich:

Salvia officinalis hat wenig Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen. Der psychische Bereich ist stark von Gefühlen der Minderwertigkeit und Unfähigkeit geprägt. Dies führt schnell zu Depressivität und Schwermut. Der Mangel an seelischen Energien hat zur Folge, dass diese Menschen nicht die emotionale Kraft aufbringen, etwas an ihrer Situation zu verändern. Salvia officinalis hat an sich Probleme mit aktivem Handeln. Selbst wenn solche Menschen in sich Impulse verspüren, verfahrenere Situationen zu verändern, so haben sie doch nicht die nötige Energie, zielgerichtete Handlungen folgen zu lassen. Auch wenn sie aktiv werden, besteht immer die Gefahr, dass sie schnell aufgeben und dann resignieren. Als Folge davon ziehen sie sich immer mehr in sich selbst zurück und blockieren ihre persönliche Weiterentwicklung.

Transformationsziele:

- Aktiv die Lebensumstände den eigenen Bedürfnissen gemäss entwickeln.
- Auch bei Widerständen konsequent am eigenen Ziel festhalten.
- Innere Kraft und Stärke entwickeln und leben.