



Arnica montana L. — Wohlverleih.

Im ganzen Alpenzuge; Wiesen, bis in die Alpenregion. Mai—August.

Arnika

Atlas der Alpenflora, herausgegeben vom Deutschen und Oesterreichischen Alpenverein, II. Auflage, 1897.

Arnika

Die Heilende

Arnica montana im Porträt

Birgit Kantner

Manchen auch bekannt als „Bergwohlverleih“ leuchtet diese sonnen-gelbe Pflanze dem Wanderer auf sauren, kalkarmen und ungedüngten Bergwiesen ab Ende Mai schon von weitem entgegen. Allerdings sorgt ihr herb-aromatischer Duft dafür, dass man sie meist schon riecht, ehe man sie sieht.

Die Blüte der Arnika ist wie ein Körbchen geformt, bei dem sich außen die Zungenblüten und innen die Röhrenblüten befinden. Dieses Blütenkörbchen bietet der

Arnikafliege (*Thepritis arnicae*) für die Entwicklung ihrer kleinen schwarzen Larven Platz und Schutz.

Die Arnika gehört mitunter zu den bekanntesten Heilpflanzen der Alpen. Schon der Nonne Hildegard von Bingen (1098–1179) und dem Pfarrer Sebastian Kneipp (1821–1897) war bekannt, dass die Inhaltsstoffe der Arnika eine heilende Wirkung aufweisen. Äußerlich als Tinktur oder Salbe angewandt wirkt die Arnika vor allem antibakteriell und entzündungshemmend. Innerlich eingenommen entfaltet sie jedoch keine heilende, sondern eine toxische Wirkung, deren Folgen bis zum tödlichen Kollaps reichen können! ☹️

www.alpenverein.at/vielfaltbewegt
vielfalt.bewegt@alpenverein.at

Foto: W. Gantschnigg

