

Johanniskraut

Hypericum perforatum

Wirkt:

Antiviral
Antidepressiv,
entzündungswidrig,
keimhemmend,
schmerzstillend,
wundheilend



Anwendung bei:

Depression und nervöse Unruhezustände
Kopfschmerzen und Migräne,
Muskelentspannung und bei
Nervenschmerzen
Hexenschuss



Zubereitung:

Für die Herstellung des Rotöls nimmst du frische Blüten, stößt sie etwas an, gibst sie in ein Glasgefäß und übergießt alles mit einem guten Olivenöl, oder einem anderen guten Öl. Nun stellst du das Öl an einen sonnigen Standort und schüttelst es täglich durch, damit sich kein Schimmel bildet. Nach ein paar Wochen, filterst du es ab und gibst es in Braunglasflaschen. Das Öl ist ca. 1. Jahr haltbar und gehört in jede Hausapotheke.

