



## **Zusammensetzung:**

Johanniskraut, Erdnußöl

Wir pflücken das verwendete Johanniskraut selbst in der Umgebung von Sterzing und setzen das Öl nach den Regeln des Arzneibuchs an.

Johanniskraut ist eine der ältesten europäischen Arzneipflanzen. Neben der äußerlichen Anwendung als Öl ist in den letzten Jahrzehnten die innerliche Anwendung als Antidepressivum sehr gebräuchlich. An dieser Stelle soll aber nur auf das Öl eingegangen werden; wir stellen aber auch Johanniskrautkapseln mit standardisiertem Extrakt her.

## **Anwendung:**

Einreibungen mit Johannisöl führen zur Erleichterung bei Prellungen, Quetschungen und Verstauchungen. Es fördert die Regeneration der Haut und wird deshalb bei gereizter roter Haut eingesetzt (Neurodermitis), aber auch bei Abschürfungen, kleinen Wunden, Hämorrhoiden und Sonnenbrand. Bestehende Narben werden durch regelmäßige Massage des Öls ansehnlicher. Bei Zahnfleischbeschwerden das Öl in die betroffenen Stellen einreiben.

Johanniskrautöl eignet sich als Massageöl, besonders bei Gelenksbeschwerden wie Schulter-, Nacken- und Rückenschmerzen.

## **Achtung:**

Johanniskraut wirkt fototoxisch, d.h. die Haut reagiert sensibler als normal. Deshalb soll man sich nach der Anwendung von Johanniskraut nie intensiver Sonnenbestrahlung aussetzen.

Für Kinder unerreichbar aufbewahren.