

Blüte: VI – VIII gelb

Höhe: 40 cm – 60 cm

Eigenschaften: mehrjährige Staude, wintergrün, aufrechter Wuchs

Herkunft: Nordamerika

Standort: kommt in tieferen Lagen von Deutschland deutlich besser zurecht als *Arnica montana*, braucht einen wasserdurchlässigen, frischen, sauren Boden, Staunässe unbedingt vermeiden

Verwendung: Zier- und Heilpflanze. Blüte enthält die gleichen Wirkstoffe wie *Arnica montana*. Arnikablüten für Salbe und Tinkturen zur äußerlichen Anwendung bei Verstauchungen, Rheuma, hemmt Entzündungen, stärkt das Immunsystem. Ernte am Vormittag in voller Blüte. Ausschließlich Blüten verwenden.



By Kurt Stüber [1] [[GFDL](#) or [CC-BY-SA-3.0](#)], [via Wikimedia Commons](#)