

Roter Sonnenhut

Botanischer Name	Echinaceae purpurea L.
Weitere Namen	Igelkopf, Purpursonnenhut, Scheinsonnenhut
Familie	Korbblütler (Asteraceae)
Standort	durchlässiger, humoser Boden in sonniger Lage, wächst gerne in Mauernähe, hierzulande im Garten
Herkunft	Nordamerika, in Europa seit dem 18. Jhd.
Lebensdauer	mehrfährige, winterharte Staude
Wuchshöhe	50 – 120 cm
Lichtansprüche	sonnig bis halbschattig
Blütenfarbe	purpur-rot
Blühzeitraum	Juli bis September
Beste Erntezeit	Juli bis August Blütenköpfe zur Vollblüte, wenn die Blüte voll geöffnet und die Zungenblüten nach unten hängen



Wurzeln werden im Herbst nach der ersten Wachstumsperiode geerntet, da die Pflanze ihre Nährstoffe und Wirkstoffe in den Wurzeln speichert. Noch besser im zweiten Jahr, wenn die Pflanze vollständig entwickelt ist.

Erkennungsmerkmale	Kräftige Staude mit verzweigten Stängeln die glatt bis rau behaart sein können, Blätter mit gerundeter oder herzförmiger Basis, am Rand gezähnt und beidseits rauhaarig, wechselständig mit 3-5 Blattadern, Blüte mit Zungenblüten und Röhrenblüten, Früchte Achänen
Verwechslung	Mit anderen Sonnenhutarten
Verwendung	Zier- und Heilpflanze, Teedroge, Frischpflanzensaft, Tinktur, Salbe, Creme, Homöopathie (Urtinktur), Trockenextrakt (Dragees),
Inhaltsstoffe	Alkamide, Polyphenole, Polyacetylene, Ätherische Öle, Flavonoide, Tannine, Alkaloide (geringe Mengen), u.v.m.
Heilwirkung	Immunsystem stimulierend, entzündungshemmend, antioxidativ, immunmodulatorisch, teilweise pilzhemmend, teilweise antiviral.

Bei wiederkehrenden Infekten der oberen Atemwege sowie der ableitenden Harnwege. In der Volksheilkunde äußerlich zur Behandlung kleiner, oberflächlicher Wunden mit Frischpflanzenpresssaft, in Salben verarbeitet.

Kontraindikationen: Allergien gegen Korbblütler, Autoimmunerkrankungen, nicht anwenden bei Behandlung mit Immunsuppressiva, in Schwangerschaft und Stillzeit sowie nicht für Kinder unter 12 Jahren.

Interessantes Die indigene Bevölkerung Nordamerikas verwendete Kraut und Wurzel, z.B. als Kaugummi, bei Schlangenbiss und Blutvergiftung.
Wurde in Deutschland erstmals 1938 angebaut.
Es gibt viele Zierformen die häufig im Gartenbau verwendet werden.

Erstellt Arbeitskreis Heilpflanzen, Umweltgartenverein Neubiberg

Quellen Alles über Heilpflanzen, Ursel Bühring
<https://arzneipflanzenlexikon.info/echinacea.php>
www.avogel.ch
www.drhauschka.de