

Bijlage 2. Vijftig krachtige kruiden van de Linie van Dumoulin of wel Hoge Fronten Maastricht

No.	Naam	Bloeitijd	Oogsttijd	Gebruikte delen	Toepassings- vorm	Eigenschappen
01	Boerenworm-kruid <i>Tanacetum vulgare L.</i>	juli tot september	Zomer	Het kruid	EO	Maagversterkend, krampstillend, bevordert leverwerking, windverdrijvende, menstruatie-bevorderend
02	Bosaardbei <i>Fragaria vesca L.</i>	juli tot september	Zomer	Vrucht, blad, wortel	Thee, decoct, jam	Verhelpt diarree, bloedzuiverend
03	Bijvoet <i>Artemisia vulgaris L.</i>	juli tot augustus	Voor bloei, herfst	Kruid, bloeiende toppen	Thee, tinctuur	Menstruatie bevorderen of vermeederen
04	Citroenmelisse <i>Melissa officinalis L.</i>	juli tot augustus	Voor bloei	Blad, bloem	Thee, tinctuur	Kalmerend, krampwerend, verlicht spijsverteringsklachten, menstruatiebevorderend
05	Eenstijlige meidoorn <i>Crataegus monogyna Jacq.</i>	mei tot juni	Herfst	Bloeitoppen, vruchten	Thee, tinctuur	Betere doorbloeding van hart en bloedvaten, gunstig effect bij slaapproblemen & - stoornissen
06	Echte kamille <i>Matricaria chamomilla L.</i>	juni tot augustus	Zomer	Bloemhoofdjes	Thee, tinctuur, afkooksel, extract	Ontstekingswerend (spijsverteringsproblemen), kalmerend, ontsmettend (uitwendig gebruik)
07	Framboos <i>Rubus idaeus L.</i>	Mei tot augustus	Mei tot Augustus	Vrucht, blad	Thee	Tonicum baarmoeder, bestrijden diarree, aperitivum en digestivum
08	Geel walstro <i>Galium verum L.</i>	juli tot augustus	Juli tot Augustus	Kruid	Thee	Bloedzuiverend, waterafdrijvend, bevordert gal- en leverwerking
09	Gevlekt longkruid <i>Pulmonaria officinalis L.</i>	maart tot mei	Maart tot Mei	Kruid, bladeren	Thee, tinctuur, afkooksel, extract	Samentrekkend werking, slijmoplossend, versterkt bindweefsel, vochtafdrijvend, zweetbevorderend
10	Gewone agrimonie <i>Agrimonia eupatoria L.</i>	juni tot augustus	Begin bloeitijd	Kruid, bloeiende toppen	Thee, tinctuur, afkooksel, extract	Verhelpt diarree, maag- en darmklachten, reuma, stimuleert lever en gal
11	Gewone braam <i>Rubus fruticosus L.</i>	juni, juli	Voorjaar tot herfst	Vrucht, blad	Thee, jam, gelei	Ademhalingsproblemen, acute diarree, heesheid, ontsteking van mond en keel, verteringsproblemen
12	Gewone paardenbloem <i>Taraxacum officinale F.H. Wigg</i>	april tot mei	Voorjaar, herfst	Kruid, wortel, blad	Thee, tinctuur, afkooksel, extract	Gal- en leverkruid, maag- en darmklachten, stofwisselingsproblemen, eetlustopwekkend
13	Gewone smeewortel <i>Symphytum officinale L.</i>	voorjaar tot herfst	Voorjaar, herfst	Kruid, wortel, blad	Olie, zalf, crème, lotion, pap, afkooksel	Wondhelend, bloedstelpend, verzachtend, ontsteking werend, bevordert genezing, vermindert littekenweefsel
14	Gewone vlier <i>Sambucus nigra L.</i>	juni tot juli	Voorjaar tot herfst	Bloem en bes	Tinctuur, infuus, extract, sap,	Bloedreinigend, immuniserend, koortswerend, vocht afdrijvend, zweetbevorderend

Bijlage 2. Vijftig krachtige kruiden van de Linie van Dumoulin of wel Hoge Fronten Maastricht

No.	Naam	Bloeitijd	Oogsttijd	Gebruikte delen	Toepassings- vorm	Eigenschappen
					siroop	
15	Gewoon duizendblad <i>Achillea millefolium L.</i>	juni tot oktober	Juni tot Juli	Bloeiende plant	Tinctuur, infuus, extract, sap, afkooksel	Eetlustbevorderend, krampwerend, galstimulerend, ontstekingsremmend, zweetbevorderend, samentrekkend, slijmoplossend, bloedstelpend
16	Gewoon herderstasje <i>Capsella bursa-pastoris (L.) Medik</i>	mei tot oktober	Mei tot Augustus	Kruid	Zalf, extract, tinctuur, infuus, afkooksel	Bloeddruk regulerend, bloedstelpend (in- en uitwendig), ontsmettend, ontstekingswerend
17	Groot kaasjeskruid <i>Malva sylvestris L.</i>	juni tot oktober	Juni tot September	Bloem en blad	Infuus, afkooksel, poeder, extract	Huidverzorgend, gunstig effect bij mond- en keelproblemen
18	Grote brandnetel <i>Urtica dioica L.</i>	juni tot september	Voorjaar tot herfst	Kruid, wortel, blad	Infuus, afkooksel, poeder, extract	Bloed reinigend, vocht drijvend, galvormend, ontstekingsremmend
19	Grote klaproos <i>Papaver rhoeas L.</i>	juni, juli	Juni, Juli	Bloembladeren	Tinctuur, infuus, poeder, siroop	Verzachtend op de luchtwegen, kalmerend, slaapverwekkend, slijmoplossend
20	Grote klit <i>Arctium lappa L.</i>	juli tot september	Herfst	Wortel, bladeren	Infuus, afkooksel, poeder, extract	Bloedzuiverend, waterafdrijvend, bevordert gal- en leverwerking
21	Grote weegbree <i>Plantago major ssp. major</i>	mei tot september	Mei tot September	Kruid	Tinctuur, infuus	Verzachtend op de luchtwegen, verzorgend voor wonden
22	Gulden sleutelbloem <i>Primula veris L.</i>	april tot mei	Mei, Juni, herfst	o.a. wortelstok, wortel	Infuus, afkooksel, poeder, extract	Expectorerend, ontstekingswerend, sedatief, spierontspannend, vochtafdrijvend, zweetdrijvend
23	Heermoes <i>Equisetum arvense L.</i>	voorjaar	Voorjaar tot herfst	Verse stengel	Infuus, afkooksel, poeder, extract	Mineraliserend, waterafdrijvend, ontstekingsremmend, bloedreinigend, urinezuurafdrijvend
24	Hondsdrif <i>Glechoma hederacea L.</i>	april tot juni	April tot Juni	Het kruid	Infuus, afkooksel, poeder, tinctuur	Slijmoplossend, vochtafdrijvend, antibacterieel
25	Hondsroos <i>Rosa canina L.</i>	juni	Juni, herfst	Vrucht	Tinctuur, decoct, sap	Immuniserend, bloedreinigend, ontstekingsremmend, vitaliserend, bloedspiegel verlagend
26	Hop <i>Humulus lupulus L.</i>	juli tot augustus	Augustus tot September	Vruchtkegel	Infuus, poeder, extract	fyto-oestrogene werking, menstruatiebevorderend, afrodisiacum, infectiewerend, vochtafdrijvend, zweetbevorderend, vrouwenkruid
27	IJzerhard <i>Verbena officinalis L.</i>	juni tot augustus	Zomer	Kruid	Tinctuur, infuus, afkooksel, gedroogd kruid	Zenuwsterkend, kalmerend, aansterkend, eetlust bevorderend, krampopheffend, lever- en galondersteunend, slijmoplossend, hoesbedarend,

Bijlage 2. Vijftig krachtige kruiden van de Linie van Dumoulin of wel Hoge Fronten Maastricht

No.	Naam	Bloeitijd	Oogsttijd	Gebruikte delen	Toepassings- vorm	Eigenschappen
						ontstekingswerend, urinedrijvend
28	Kleefkruid <i>Galium aparine L.</i>	april tot mei	Bloeitijd	Kruid	Sap, infuus, tinctuur	Urinedrijvend, ondersteunt leverwerking, bloedzuiverend, ontstekingsremmend
29	Kleine bevernel <i>Pimpinella saxifraga L.</i>	juni tot oktober	Voorjaar of Herfst	Wortel	Tinctuur, infuus	Mild expectorans, luchtweg ontstekingsremmend, urinedrijvend
30	Koninginnekruid <i>Eupatorium cannabinum L.</i>	juli tot september	Zomer, wortel voorjaar of Herfst	Kruid, wortel	Tinctuur, infuus, afkooksel	Galvormend, leverondersteunend, vochtafdrijvend, bloedzuiverend, versterkend
31	Koningskaars <i>Verbascum thapsus L.</i>	juli tot september	Juli tot Augustus	Bloemkroon	Tinctuur, infuus, afkooksel, extract, olie	Bij hoest, ontsteking van de ademhalingswegen
32	Luzerne <i>Medicago sativa L.</i>	juni	Altijd	Kruid, blad, spruiten	Tinctuur, infuus, sap, poeder	Algemeen versterkend, vitaliserend, re-mineraliserend, voedend, bloedstelpend, vochtafdrijvend, bloedzuiverend, cholesterolverlagend, bloeddruk- regulerend, eetlustopwekkend
33	Madeliefje <i>Bellis perennis L.</i>	april tot herfst	April tot September	Bloeiend kruid	Tinctuur, decoct	Expectorerend, urinedrijvend, bloedzuiverend, zweetdrijvend, ontstekingswerend
34	Muizenoor <i>Hieracium pilosella L.</i>	mei tot september	Mei tot September	Verse kruid	Tinctuur, infuus, extract, siroop	Urinedrijvend, bloedzuiverend, infectiewerend, ontkrampend, galvormend, ontkrampend, adstringerend, cholesterolverlagend, slijmmiddel
35	Okkernoot <i>Juglans regia L.</i>	mei	Juni, late zomer	Blad, bolster, noot	Infuus, afkooksel, tinctuur	Samentrekkend werking, wondhelend, ontstekings- werend, infectiewerend, zweetremmend
36	Peen <i>Daucus carota L.</i>	juni, juli	Mei tot Oktober	Wortel, zaad	Sap, infuus	Antioxidant, verstrekt slijmvliesen, lever- ondersteunend, mild bloeddrukverlagend
37	Pepermunt <i>Mentha piperita L.</i>	juni tot augustus	Zomer	Blad, bloeiende toppen	Zalf, extract, tinctuur, infuus, E.O.	Stimuleert spijsvertering, bestrijdt winderigheid en krampen, ontsmettend, pijnstillend
38	Robertskruid <i>Geranium robertianum L.</i>	mei tot september	Mei tot September	Heel kruid	Tinctuur, infuus, afkooksel, extract, zalf	Slijmvlies samentrekkend, bloedstelpend, ontsmettend, afscheidingremmend
39	Rode klaver <i>Trifolium pratense L.</i>	zomer	Zomer	Bloemhoofdjes	Aftreksel, infuus, extract, tinctuur	Fyto-oestrogene werking, cholesterolverlagend, anti oxidatief, antitrombotisch, vochtafdrijvend, bloedzuiverend, ontstekingswerend

Bijlage 2. Vijftig krachtige kruiden van de Linie van Dumoulin of wel Hoge Fronten Maastricht

No.	Naam	Bloeitijd	Oogsttijd	Gebruikte delen	Toepassings- vorm	Eigenschappen
40	Schietwilg <i>Salix alba L.</i>	maart tot april	Voorjaar	De bast	Infuus, poeder, extract, tinctuur	Ontsteking werend, pijnstillend, anti-oxidatief, anti-reumatisch, samentrekkend, infectiewerend
41	Sint-janskruid <i>Hypericum perforatum L.</i>	juni tot augustus	Zomer	Bloeitoppen	Tinctuur, extract, olie, lotion, infuus	Zenuwpijnen, angst, depressie, slapeloosheid, maag-, lever- en galstoornissen(inwendig)
42	Smalle weegbree <i>Plantago lanceolata L.</i>	mei tot september	Mei tot September	Heel kruid	Infuus, tinctuur, siroop, sap	Gunstige werking op het ademhalingsstelsel, antibiotische werking, ontstekingswerend
43	Stinkende gouwe <i>Chelidonium majus L.</i>	mei tot september	Voorjaar of Herfst	Wortel	Infuus, afkooksel, tinctuur	Galsecretie bevorderend, leverondersteunend, vocht-afdrijvend, stoelgangbevorderend
44	Sporkehout <i>Rhamnus frangula L.</i>	mei tot juni	Mei tot Juni	Bast jonge twijgen	Tinctuur, afkooksel, poeder, infuus	Laxerend, gunstige invloed op gal- en leverfunctie
45	Wilde marjolein <i>Origanum vulgare L.</i>	juni tot september	Mei tot Oktober	Kruid	Tinctuur, infuus	Maagversterkend, eetlustopwekkend, ontkrampend, slijmoplossend, luchtwegen ontkrampend en -ontstekend, urinedrijvend, zweetdrijvend, verhoogd galsecretie
46	Wilgenroosje <i>Chamerion angustifolium (L.) Holub</i>	juni tot september	Begin bloeitijd	Hele bloeiende kruid	Tinctuur, infuus, afkooksel	Ontstekingswerend, ontzwellend, verzachtend, samentrekkend, ontkrampend
47	Witte dovenetel <i>Lamium album L.</i>	april tot september	Zomer	Flos	Infuus, tinctuur	Bloedvormend, ontstekingsremmend, menstruatie-ondersteunend
48	Zeepkruid <i>Saponaria officinalis L.</i>	juni tot september	Voorjaar of herfst	Wortel, kruid	Afkooksel, infuus	Laxerend, bloedzuiverend, slijmoplossend
49	Zilver schoon <i>Potentilla anserina L.</i>	mei tot augustus	Mei tot augustus	Gedroogde kruid	Infuus, afkooksel, tinctuur	Samentrekkende werking, ontstekingswerend, krampwerend, menstruatiebevorderend
50	Zomereik <i>Quercus robur L.</i>	mei tot juni	Voorjaar	Bast, jonge eik	Tinctuur, afkooksel, poeder, extract	Samentrekkend, bloedstelpend, zweetremmend, ontstekingswerend