







NL	WN	inhoudsstoffen				onderliggende oorzaak				groepen			contra-indicaties					eigen opmerkingen	
		SL	SA	ET	AL	INF	ONT	ALL	ZWI	MUC	EXP	SPA	CI G	CI Z	CI A	CI O			
Anijs	Pimpinella anisum	SL		ET						MUC	EXP					CI O			
Echte Salie	Salvia officinalis			ET		INF	ONT				EXP			CI Z		CI O			
Echte Sleutelbloem	Primula veris		SA	ET		INF					EXP				CI A	CI O			
Echte Tijm	Thymus vulgaris		SA	ET		INF			ZWI		EXP	SPA		CI Z		CI O			
Eucalyptus	Eucalyptus globulus			ET		INF	ONT				EXP			CI Z		CI O			
Gewone Vlier	Sambucus nigra	SL		ET	AL	INF	ONT	ALL	ZWI	MUC	EXP		CI G						
Griekse Alant	Inula helenium	SL	SA	ET		INF	ONT				EXP					CI O			
Grindelia	Grindelia robusta			ET	AL						EXP	SPA	CI G						
Groot Hoefblad	Petasites hybridus	SL		ET	AL		ONT	ALL			EXP			CI Z		CI O			
Groot Kaasjeskruid	Malva sylvestris	SL								MUC			CI G						
Grove Den	Pinus sylvestris			ET		INF	ONT				EXP			CI Z	CI A	CI O			
Heemst	Althaea officinalis	SL								MUC			CI G						
Hondsdraf	Glechoma hederacea			ET							EXP								

NL	WN	inhoudsstoffen				onderliggende oorzaak				groepen			contra-indicaties				eigen opmerkingen		
		SL	SA	ET	AL	INF	ONT	ALL	ZWI	MUC	EXP	SPA	CI G	CI Z	CI A	CI O			
Hyssop	Hyssopus officinalis			ET			ONT				EXP			CI Z					
IJslands Mos	Cetraria islandica	SL		ET						MUC			CI G						
Khella	Ammi visnaga											SPA		CI Z					
Klein Hoefblad	Tussilago farfara	SL			AL					MUC				CI Z		CI O			
Klimop	Hedera helix		SA		AL						EXP	SPA	CI G						
Koningskaars	Verbascum thapsus	SL	SA	ET			ONT	ALL		MUC			CI G						
Longkruid	Pulmonaria officinalis	SL									EXP		CI G						
Madeliefje	Bellis perennis		SA	ET			ONT				EXP		CI G						
Malrove	Marrubium vulgare	SL	SA	ET	AL	INF	ONT				EXP			CI Z		CI O			
Rode Zonnehoe	Echinacea purpurea			ET		INF	ONT		ZWI					CI Z		CI O			
Ronde Zonnedauw	Drosera rotundifolia			ET		INF						SPA				CI O			
Smalbladig Weegbree	Plantago lanceolata	SL				INF	ONT	ALL		MUC	EXP		CI G						
Ui	Allium cepa			ET		INF		ALL			EXP		CI G						

NL	WN	inhoudsstoffen				onderliggende oorzaak				groepen			contra-indicaties				eigen opmerkingen		
		SL	SA	ET	AL	INF	ONT	ALL	ZWI	MUC	EXP	SPA	CI G	CI Z	CI A	CI O			
Venkel	Foeniculum vulgare			ET							EXP			CI Z		CI O			
Witte Dovenetel	Lamium album	SL	SA							MUC	EXP		CI G						
Zeedruif	Ephedra sinica				AL			ALL				SPA		CI Z		CI O			
Zeepkruid	Saponaria officinalis		SA								EXP		CI G						
Zoethout	Glycyrrhiza glabra		SA			INF	ONT	ALL			EXP			CI Z		CI O			
Zwarte Bes	Ribes nigrum			ET				ALL								CI O			


### Legenda

SL = slijmstoffen  
SA = saponinen  
ET = etherische oliën  
AL = alkaloiden

MUC = mucilaginosa (middelen met slijmstoffen, verzachtend op de luchtwegen)  
EXP = expectorantia (middelen die het ophoesten van slijm bevorderen)  
SPA = spasmolytica (krampstillende middelen)

INF = infectie  
ONT = ontsteking  
ALL = allergie  
ZWI = zwak immuun-  
systeem

CI G = geen contra-indicaties  
CI Z = contra-indicatie is zwangerschap  
CI A = contra-indicatie is astma  
CI O = overige contra-indicaties

 = giftig