

Achillea millefolium Schafgarben-Kraut

Namen

Achillea millefolium, Schafgarbe
Blutstellkraut, Soldatenkraut (Stratiotes),
gearva (Kleid), gearwa (vollendet schön)

Beschreibung

Familie Asteraceae: mehrjährige, zähe Pflanze. Liebt Sonne und trockene Böden. Der Stängel ist nicht biegsam, hart. Die Blätter sind rau und kunstvoll gefiedert. Die Blüten sind klein, weiss, in Büscheln, ohne Duft.



Analytik

Ätherisch Öl-Pflanze mit Proazulenen (Chamazulen, Millefolin) bei Sonnenpflanzen, Sesquiterpenlactonen, Bitterstoffen (Achillin: Bitterstoff-Leukozytose), ER- β -Aktivatoren (Apigenin, Luteolin) und Sitosterinen, Artemisia-Ketonen, Campher und Linalyl-Acetat.¹⁻⁵

Wirkungen

Blutbildungs-fördernd, hämostyptisch, ER- β -aktivierend, DNA-protektiv und reparativ, neuroprotektiv, Lipopolysaccharid-Zellwand-schützend, spasmolytisch.⁶⁻¹³

Gesamtinformation

Stärkend bis ins Innerste, wehrhaft, zäh, auserlesen schön.

Erfahrung

Stärkende Pflanze in Langzeitanwendung, vor allem bei Schwäche und Anämie auf Grund von Blutungen (Trauer, Müdigkeit, Erschöpfung), unter und nach Chemotherapie sowie bei Infektionen und Verletzungen aller Art (seelisch und körperlich).

Vorsicht

Menschen, die auf Stress mit Härte und Abwehr reagieren (Ekzeme) sowie bei Menschen, die ein zorniges oder trockenes Gemüt haben (nutzlos: kann die Abwehr nicht verstärken).

Literatur

1. Apel L, Lorenz P, Urban S, et al. Phytochemical characterization of different yarrow species (*Achillea* sp.) and investigations into their antimicrobial activity. *Z Für Naturforschung C*. 2021;76(1-2):55-65. doi:10.1515/znc-2020-0149
2. Benedek B, Kopp B. *Achillea millefolium* L. s.l. revisited: Recent findings confirm the traditional use. *Wien Med Wochenschr*. 2007;157(13-14):312-314. doi:10.1007/s10354-007-0431-9
3. de Souza P, Gasparotto A, Crestani S, et al. Hypotensive mechanism of the extracts and artemetin isolated from *Achillea millefolium* L. (Asteraceae) in rats. *Phytomedicine*. 2011;18(10):819-825. doi:10.1016/j.phymed.2011.02.005
4. Kwofie SK, Annan DG, Adinortey CA, et al. Identification of novel potential inhibitors of varicella-zoster virus thymidine kinase from ethnopharmacologic relevant plants through an *in-silico* approach. *J Biomol Struct Dyn*. Published online September 17, 2021:1-16. doi:10.1080/07391102.2021.1977700
5. Vitalini S, Beretta G, Iriti M, et al. Phenolic compounds from *Achillea millefolium* L. and their bioactivity. *Acta Biochim Pol*. 2011;58(2). doi:10.18388/abp.2011_2266
6. Ayoobi F, Shamsizadeh A, Fatemi I, et al. Bio-effectiveness of the main flavonoids of *Achillea millefolium* in the pathophysiology of neurodegenerative disorders- a review. *Iran J Basic Med Sci*. 2017;20(6). doi:10.22038/ijbms.2017.8827
7. Chou ST, Peng HY, Hsu JC, Lin CC, Shih Y. *Achillea millefolium* L. Essential Oil Inhibits LPS-Induced Oxidative Stress and Nitric Oxide Production in RAW 264.7 Macrophages. *Int J Mol Sci*. 2013;14(7):12978-12993. doi:10.3390/ijms140712978
8. Innocenti G, Vegeto E, Dall'Acqua S, et al. In vitro estrogenic activity of *Achillea millefolium* L. *Phytomedicine*. 2007;14(2-3):147-152. doi:10.1016/j.phymed.2006.05.005
9. Kowalczyk A, Bodalska A, Miranowicz M, Karłowicz-Bodalska K. Insights into novel anticancer applications for apigenin. *Adv Clin Exp Med*. 2017;26(7):1143-1146. doi:10.17219/acem/41978
10. Shahani S, Rostamnezhad M, Ghaffari-rad V, Ghasemi A, Allahverdi Pourfallah T, Hosseinimehr SJ. Radioprotective Effect of *Achillea millefolium* L Against Genotoxicity Induced by Ionizing Radiation in Human Normal Lymphocytes. *Dose-Response*. 2015;13(1):155932581558376. doi:10.1177/1559325815583761
11. Stanković N, Mihajilov-Krstević T, Zlatković B, et al. Comparative Study of Composition, Antioxidant, and Antimicrobial Activities of Essential Oils of Selected Aromatic Plants from Balkan Peninsula. *Planta Med*. 2016;82(07):650-661. doi:10.1055/s-0042-101942
12. Tian Q, Zang YH. Antiproliferative and apoptotic effects of the ethanolic herbal extract of *Achillea falcata* in human cervical cancer cells are mediated via cell cycle arrest and mitochondrial membrane potential loss. Published online 2015.
13. Yaeesh S, Jamal Q, Khan A ullah, Gilani AH. Studies on hepatoprotective, antispasmodic and calcium antagonist activities of the aqueous-methanol extract of *Achillea millefolium*. *Phytother Res*. 2006;20(7):546-551. doi:10.1002/ptr.1897