

Plantago lanceolata Spitzwegerich-Blatt

Namen

Plantago lanceolata, Spitzwegerich, Plantain

Beschreibung

Familie Plantaginaceae, Wegerichgewächse. Droge: Folia Plantago lanceolata.

Ausdauernde, bodennahe Pflanzen mit in Rosetten angeordneten länglichen Blättern. Fünf längsverlaufende Blattadern sind typisch. Ein langer Stengel trägt ährenförmig angeordnete, sehr kleine Blüten. Die Samen schmecken trüffelartig.



Analytik

Die Blätter enthalten Fettsäuren (Palmitinsäure), Monoterpene (Linalool), Aldehyde, Ketone und Apocarotenoide (Hautschutz).^{1,2} Das Phenylethanoid Acteosid resp. Verbascosid wirkt neuroprotektiv durch Caspase-3-Bindung (M. Parkinson) und analgetisch.³

Antioxidative und anti-inflammatorische Wirkung (Ekzeme, Colitis). Nierenschützende Wirkung speziell bei Carboplatin-induzierter Nephrotoxizität.⁴⁻⁷

Gesamtinformation

Sanfte Pflanze mit starker oberflächenschützender Wirkung, vielfach verwendbar und kombinierbar.

Erfahrung

Haut- und Schleimhaut schützend direkt als Auflage und als Tinktur. Menstruation mindernd, Implantations-verbessernd, Schmerz mindernd, Darm schützend.

Vorsicht

Keine Einschränkung bekannt.

Literatur

1. Bajer T, Janda V, Bajerová P, Kremr D, Eisner A, Ventura K. Chemical composition of essential oils from *plantago lanceolata* L. leaves extracted by hydrodistillation. *J Food Sci Technol*. 2016;53(3):1576-1584. doi:10.1007/s13197-015-2083-x
2. Shaikh F, Siu SWI. Identification of novel natural compound inhibitors for human complement component 5a receptor by homology modeling and virtual screening. *Med Chem Res*. 2016;25(8):1564-1573. doi:10.1007/s00044-016-1591-1
3. Yuan J, Ren J, Wang Y, He X, Zhao Y. Acteoside Binds to Caspase-3 and Exerts Neuroprotection in the Rotenone Rat Model of Parkinson's Disease. Cao C, ed. *PLOS ONE*. 2016;11(9):e0162696. doi:10.1371/journal.pone.0162696
4. Hausmann M, Obermeier F, Paper DH, et al. *In vivo* treatment with the herbal phenylethanoid acteoside ameliorates intestinal inflammation in dextran sulphate sodium-induced colitis. *Clin Exp Immunol*. 2007;148(2):373-381. doi:10.1111/j.1365-2249.2007.03350.x
5. Kalantari A, Kósa D, Nemes D, et al. Self-Nanoemulsifying Drug Delivery Systems Containing *Plantago lanceolata*—An Assessment of Their Antioxidant and Antiinflammatory Effects. *Molecules*. 2017;22(10):1773. doi:10.3390/molecules22101773
6. Parhizgar S, Hosseinian S, Hadjzadeh MAR, et al. Renoprotective Effect of *Plantago Major* Against Nephrotoxicity and Oxidative Stress Induced by Cisplatin. *Iran J Kidney Dis*. 2016;10(4):182-188.
7. Triantafyllidis JK, Triantafyllidi A, Vagianos C, Papalois A. Favorable results from the use of herbal and plant products in inflammatory bowel disease: evidence from experimental animal studies. *Ann Gastroenterol*.:14.