

# Daucus carota Wilde Möhre – Droge Blüte, Samen und Wurzel

## **Namen**

Daucus carota, Wilde Möhre  
Queen Anne's Lace, Bird's Nest

## **Beschreibung**

Familie Apiaceae Doldenblütler: mittelhohe, dichte Staude von kräftigem Wuchs in Wiesen und Weiden, liebt auch trockene solitäre Plätze am Wegrand. Zart gefiederte Blätter, dichter Blütenstand in Dolden, weisse Blüten mit einer zentralen, violett bis dunkelroten Blüte.  
Die ganze Pflanze ist weich und biegsam. Die Pflanze enthält eine bittere Milch.



## **Analytik und Wirkung**

Die Blüten der Wilden Möhre sind wenig erforscht. Die gesamte Pflanze enthält Polyacetylen-Oxylipine (Falcarinol, Falcarindiol), die tumor- und entzündungshemmend wirken.<sup>1</sup> Die Wurzel enthält Vitamin A, Lycopin und Xanthophyll-Carotinoide ( $\alpha$ - und  $\beta$ -Caroten,  $\beta$ -Cryptoxanthin, Lutein und Zeaxanthin), die in der Retina vorkommen. Sie wirken günstig auf den Augendruck, auf Herz und Hirn (Merkfähigkeit).<sup>2</sup> Die Samen sind reich an antimikrobiell wirksamen Monoterpenen ( $\alpha$ -Pinen, Geraniol) und Sesquiterpenen.<sup>3,4</sup>

Traditionell werden hormonell-östrogenerartige, spasmolytische sowie cholagoge, emmenagoge und diuretische Wirkungen beschrieben. Die Wurzel wirkt antioxidativ, DNA-protektiv in Lymphozyten, Blutzucker stabilisierend und anti-diarrhöisch.<sup>5,6</sup>

## **Gesamtinformation**

Weich, biegsam, besänftigend, nahrhaft, beruhigend, schön.

## **Erfahrung**

Ausgezeichnete Rhythmuspflanze (Samen und Blüten) zur Regulierung der Menses, speziell bei PCO-Syndrom und Amenorrhoe. Niedrig dosieren und Zykluspausen einhalten. Leichte Verstärkung der Menstruationsblutung.

Keine Einschränkung der innerlichen Anwendung.

### Literatur

1. Dawid C, Dunemann F, Schwab W, Nothnagel T, Hofmann T. Bioactive C<sub>17</sub>-Polyacetylenes in Carrots (*Daucus carota* L.): Current Knowledge and Future Perspectives. *J Agric Food Chem*. 2015;63(42):9211-9222. doi:10.1021/acs.jafc.5b04357
2. Miękus N, Iqbal A, Marszałek K, Puchalski C, Świergiel A. Green Chemistry Extractions of Carotenoids from *Daucus carota* L.—Supercritical Carbon Dioxide and Enzyme-Assisted Methods. *Molecules*. 2019;24(23):4339. doi:10.3390/molecules24234339
3. Gaglio R, Barbera M, Aleo A, Lommatzsch I, La Mantia T, Settanni L. Inhibitory Activity and Chemical Characterization of *Daucus carota* subsp. *maximus* Essential Oils. *Chem Biodivers*. 2017;14(5):e1600477. doi:10.1002/cbdv.201600477
4. Yahyaa M, Ibdah M, Marzouk S, Ibdah M. Profiling of the Terpene Metabolome in Carrot Fruits of Wild (*Daucus carota* L. ssp. *carota*) Accessions and Characterization of a Geraniol Synthase. *J Agric Food Chem*. 2018;66(10):2378-2386. doi:10.1021/acs.jafc.6b03596
5. Agte V, Jahagirdar M, Chiplonkar S. GLV supplements increased plasma β-carotene, vitamin C, zinc and hemoglobin in young healthy adults. *Eur J Nutr*. 2006;45(1):29-36. doi:10.1007/s00394-005-0559-6
6. Ncube TN, Greiner T, Malaba LC, Gebre-Medhin M. Supplementing Lactating Women with Puréed Papaya and Grated Carrots Improved Vitamin A Status in a Placebo-Controlled Trial. *J Nutr*. 2001;131(5):1497-1502. doi:10.1093/jn/131.5.1497