

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 Trüffel-artig.



Analytik

Blätter enthalten Fettsäuren (Palmitic acid), Monoterpene (Linalool), Aldehyde, Ketone und Apocarotenoide (Hautschutz).

Das Phenylethanoid Acteosid resp. Verbascosid wirkt neuroprotektiv durch Caspase-3-Bindung (M. Parkinson) und analgetisch.

Antioxydativ und anti-inflammatorisch durch Hemmung der Protein Kinase C, Verminderung der Expression von Interzellulär-Adhäsions-Molekül-1 und Hemmung von Leukotriene B4-induzierten Entzündungsreaktionen (Colitis).

Gesamtinformation

Sanfte Pflanze, vielfach verwendbar.

Erfahrung

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

Vorsicht

Keine Einschränkung bekannt.
Keine Teratogenität von reinem Verbascosid bei Mäusen.

Dorin Ritzmann
www.medizinfeminin.ch