

Alpen-Ampfer

Rumex alpinus

Polygonaceae · Rumex · Caryophyllales · Magnoliopsida



ÜBER DIE PFLANZE

Rumex alpinus ist eine mehrjährige krautige Pflanze mit einem kriechenden Rhizom. Sie wächst in hochgebirgsregionen und hat große, herzförmige bis eiförmige Blätter.

WIRKUNG

harntreibend, Hautreinigendes Mittel

ANWENDUNG

traditionell als Spinatersatz verwendet, medizinisch zur Behandlung von Hauterkrankungen und als harntreibendes Mittel

ÜBERLIEFERTE HEILWIRKUNGEN

- Hauterkrankungen, harntreibend

ÜBERLIEFERTES WISSEN

- Verwendung als Mastfutter für Schweine
- Ersatz für Rhabarber in der Volksheilkunde

ERKENNUNGSMERKMALE

große herzförmige Blätter mit langen Stielen, dichte endständige Panikeln mit windbestäubten Blüten, drei-eckige braune Achänen

WUCHS

mehrfächrig

BLÜTEZEIT

- Juni bis August

STANDORT

Felder, Gärten, Müllhalden, Straßenränder, Uferbereiche

HERKUNFT

Zentral- und Südeuropa, Westasien

VERWENDETE PFLANZENTEILE

- Blätter

ZUBEREITUNG

- Gekocht und gestampft

ERNTEZEIT

- Teil: Blüte|Blatt · Monate: [6, 7, 8] · Hinweis: Blätter im Frühjahr oder Herbst pflücken (vermeide bittere Sommerblätter). · Mondphase: Neumond

SAMMELN

- Pflanzenteil: Pflanzenteile: Blätter

INHALTSSTOFFE

- reich an Vitamin C, Kalium, Eisen und Oxalsäure
-

SICHERHEIT UND WECHSELWIRKUNGEN

GIFTIGKEIT

schwach

VERGIFTUNGSZEICHEN

Übelkeit

NEBENWIRKUNGEN

- Übelkeit durch Oxalsäure-Gehalt

WECHSELWIRKUNGEN

Zu Wechselwirkungen liegen uns hier keine Angaben vor. Das heißt nicht, dass es keine gibt. Wenn du Medikamente nimmst, frag bitte deine Ärztin oder in der Apotheke nach.

QUELLEN

- Typ: lotus · Url: <https://lotus.naturalproducts.net/search/simple/Rumex%20alpinus> · Titel: LOTUS — Rumex alpinus
- Typ: web · Url: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9203642/> · Titel: The genus Rumex (Polygonaceae): an ethnobotanical ...
- Typ: web · Url: [https://www.semanticscholar.org/paper/The-genus-Rumex-\(Polygonaceae\):-an-ethnobotanical,-Li-Li/03a13dc92602278c1c50ca6e41bd30bfc3a2a982](https://www.semanticscholar.org/paper/The-genus-Rumex-(Polygonaceae):-an-ethnobotanical,-Li-Li/03a13dc92602278c1c50ca6e41bd30bfc3a2a982) · Titel: The genus Rumex (Polygonaceae): an ethnobotanical ...
- Typ: web · Url: <https://agris.fao.org/search/en/records/65df27820f3e94b9e5d597c8> · Titel: The genus Rumex (Polygonaceae): an ethnobotanical ...
- Typ: web · Url: <https://www.alpenschau.com/die-signaturlehre-des-paracelsus/> · Titel: Die Signaturlehre des Paracelsus - alpenschau.com
- Typ: web · Url: https://www.researchgate.net/publication/391066553_Rumex_acetosa_LRumex_acetosella_LRumex_alpinus_LRumex_crispus_LRumex_obtusifolius_LRumex_patientia_LRumex_pulcher_LRumex_tuberosus_LPolygonaceae · Titel: Rumex acetosa L.Rumex acetosella L.Rumex alpinus L.Rumex crispus L.Rumex obtusifolius L.Rumex patientia L.Rumex pulcher L.Rumex tuberosus L.Polygonaceae | Request PDF
- Typ: web · Url: <https://todayspractitioner.com/wp-content/uploads/2024/08/Vasas-2015-genus-rumex-review-traditional-phytochemistry-pharmacology.pdf> · Titel: Review The Genus Rumex: Review of traditional uses, phytochemistry
- Typ: web · Url: <https://link.springer.com/article/10.1007/s13659-022-00346-z> · Titel: The genus Rumex (Polygonaceae): an ethnobotanical, phytochemical and pharmacological review | Natural Products and Bioprospecting | Springer Nature Link
- Typ: web · Url: <https://pfaf.org/user/plant.aspx?LatinName=Rumex+alpinus> · Titel:

Rumex alpinus Alpine Dock, Munk's rhubarb PFAF Plant Database

- Typ: web · Url: https://plantiary.com/plant/rumex-alpinus_6355.html · Titel: Alpine Dock (Rumex alpinus) Plant Care & How to Grow, Water
- Typ: web · Url: <https://www.wisdomlib.org/definition/rumex-alpinus> · Titel: Rumex alpinus: 1 definition
- Typ: gbif · Url: [https://www.gbif.org/species/search?q=Rumex alpinus](https://www.gbif.org/species/search?q=Rumex+alpinus) · Titel: GBIF — Rumex alpinus
- Typ: web · Url: <https://de.wikipedia.org/wiki/Alpen-Ampfer> · Titel: Alpen-Ampfer- Wikipedia
- Typ: web · Url: https://www.picturethisai.com/de/care/Rumex_alpinus.html · Titel: Wie man Alpen-ampfer anbauen und pflegt
- Typ: web · Url: <https://dreschflegel-saatgut.de/anbautipps-pflanzenportraits/wuerz-und-heilpflanzen/ausdauernde/ampfer> · Titel: Ampfer
- Typ: ema · Url: https://www.ema.europa.eu/en/search?search_api_fulltext=Rumex%20alpinus · Titel: EMA — Rumex alpinus
- Typ: web · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Rumex_alpinus · Titel: Rumex alpinus- Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://pfaf.org/user/plant.aspx?LatinName=Rumex+alpinus> · Titel: Rumex alpinus Alpine Dock, Munk's rhubarb PFAF Plant Database
- Typ: web · Url: <https://eunis.eea.europa.eu/species/177602> · Titel: Rumex alpinus belongs to the Flowering Plants group