

Baikal-Helmkraut

Scutellaria baicalensis

Lamiaceae · Scutellaria · Lamiales · Magnoliopsida



ÜBER DIE PFLANZE

Das Baikal-Helmkraut ist eine zentrale Heilpflanze in der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM), die seit Jahrhunderten zur Behandlung von Entzündungen, Infektionen, Lebererkrankungen und Störungen des Nervensystems eingesetzt wird.

WIRKUNG

- Antitumoral
- Hepatoprotektiv
- Antioxidativ
- Entzündungshemmend
- Antikonvulsiv
- Antibakteriell und antiviral

ANWENDUNG

- Traditionelle Chinesische Medizin
- Japanische und koreanische Traditionelle Medizin

ÜBERLIEFERTE HEILWIRKUNGEN

- Regulation der Stressachse, Unterstützung des Immunsystems, Behandlung von chronischen Erkrankungen wie Rheuma, Morbus Crohn oder Hashimoto-Thyreoiditis.

TRADITIONELLE CHINESISCHE MEDIZIN

Huang qin: ja

Regelt herz-qi: ja

Unterstützung bei internaler wind-konditionen (xu feng): ja

ÜBERLIEFERTES WISSEN

- Verwendung in der traditionellen chinesischen Medizin seit über 2000 Jahren

ERKENNUNGSMERKMALE

weich behaarter Kelch (4 mm lang), zweilippige Blütenkrone (2-3 cm lang)

WUCHS

mehrfach verzweigte, aufsteigende Pflanze

STANDORT

Grasfluren, Steppen, Kulturland, lichte Eichenwälder

HERKUNFT

- Russland
- Nordost-Sibirien
- Norden Koreas
- China

VERWENDETE PFLANZENTEILE

- getrocknete Wurzel, aerial parts (Blätter und Stängel)

ZUBEREITUNG

- Dekokt der getrockneten Wurzel
- standardisierte Extrakte (Kapseln, Tabletten)

ERNTENZEIT

- Teil: Wurzel · Monate: [6, 7, 8] · Hinweis: Die Flavonoidkonzentration in den Wurzeln und Blättern ist während der Blütezeit am höchsten. · Mondphase: zunehmend
- Teil: Blatt · Monate: [6, 7, 8] · Hinweis: Selten genutzt, aber in einigen Regionen als Tee bei leichten Entzündungen. · Mondphase: zunehmend
- Teil: Blüte · Monate: [6, 7, 8] · Mondphase: zunehmend

SAMMELN

- Monate: [3, 9] · Hinweis: Handschuhe empfohlen. · Bedingungen: Trockene Bedingungen sind vorteilhaft. · Pflanzenteil: Wurzel · Reifezustand: reif
- Monate: [8, 9] · Hinweis: Handschuhe empfohlen. · Pflanzenteil: Gesamtpflanze · Reifezustand: vor Reife|Knospe|reif

INHALTSSTOFFE

- Flavonoide: ['Baicalin', 'Baicalein', 'Wogonin']

ÄTHERISCHE ÖLE

- linalool, (+-)-
- (1s,5r,7s,10r)-7-isopropyl-4,10-dimethyltricyclo[4.4.0.0^{1,5}]dec-3-ene
- β-eudesmol
- β-elemene
- 4-terpineol
-
- 2-(benzoyloxy)-3-hydroxy-3,4,8a-trimethyl-8-methylidene-4-[2-(5-oxo-2h-furan-3-yl)ethyl]-hexahydronaphthalen-1-yl benzoate
- 6,10,14-trimethylpentadecan-2-one
- ferruginol
- caryophyllene
-
- (1r,2s,3r,4r,4as,8ar)-2-(benzoyloxy)-3-hydroxy-3,4,8a-trimethyl-8-methylidene-4-[2-(5-oxo-2h-furan-3-yl)ethyl]-hexahydronaphthalen-1-yl benzoate
- (-)-α-cubebene

SICHERHEIT UND WECHSELWIRKUNGEN

GIFTIGKEIT

schwach

NEBENWIRKUNGEN

leichte Sedierung, selten Magen-Darm-Beschwerden

GEGENANZEIGEN

- Schwangerschaft und Stillzeit
- Kombination mit Blutverdünnern oder Statinen

WECHSELWIRKUNGEN

- Typ: synergistisch · Hinweis: Reguliert den Nervensystembetrieb und lindert Anspannung. · Pflanze latein: *Centella asiatica* · Pflanze deutsch: Gotu Kola
- Typ: NIE_kombinieren · Hinweis: Kontraindiziert, da sie verwandte Inhaltsstoffe enthalten könnten. · Pflanze latein: *Pulmonaria officinalis* · Pflanze deutsch: Germander
- Typ: synergistisch · Hinweis: Komplementiert die trocknenden Eigenschaften von Baikal-Helmkraut. · Pflanze latein: *Glycyrrhiza glabra* · Pflanze deutsch: Licorice
- Typ: synergistisch · Hinweis: Teil der Sho-saiko-to (Xiao-Chai-Hu-Tang) Formulierung. · Pflanze latein: *Bupleurum chinense* · Pflanze deutsch: Gelbe Wurzelknolle
- Typ: synergistisch · Hinweis: Teil der Sho-saiko-to (Xiao-Chai-Hu-Tang) Formulierung. · Pflanze latein: *Pinellia ternata* · Pflanze deutsch: Gelbe Wurzelknolle
- Typ: synergistisch · Hinweis: Teil der Sho-saiko-to (Xiao-Chai-Hu-Tang) Formulierung. · Pflanze latein: *Citrus aurantium* · Pflanze deutsch: Zitronenapfel
- Typ: synergistisch · Hinweis: Teil der Sho-saiko-to (Xiao-Chai-Hu-Tang) Formulierung. · Pflanze latein: *Panax ginseng* · Pflanze deutsch: Ginseng
- Typ: synergistisch · Hinweis: Teil der Sho-saiko-to (Xiao-Chai-Hu-Tang) Formulierung. · Pflanze latein: *Artemisia capillaris* · Pflanze deutsch: Gänsewurz
- Typ: NIE_kombinieren · Hinweis: Kosmetische Anwendungen, keine konkreten Wechselwirkungen bekannt. · Pflanze latein: *Triticum aestivum* · Pflanze deutsch: Weizenkeime
- Typ: NIE_kombinieren · Hinweis: Kosmetische Anwendungen, keine konkreten Wechselwirkungen bekannt. · Pflanze latein: *Glycine max* · Pflanze deutsch: Sojabohne
- Typ: NIE_kombinieren · Hinweis: Kosmetische Anwendungen, keine konkreten Wechselwirkungen bekannt. · Pflanze latein: *Pantothenic acid* · Pflanze deutsch: Provitamin B5

QUELLEN

- Typ: web · Url: <https://www.sciencedirect.com/topics/medicine-and-dentistry/scutellaria-baicalensis> · Titel: *Scutellaria baicalensis* - an overview | ScienceDirect Topics
- Typ: web · Url: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0753332221002304> · Titel: Drug-herb interactions between *Scutellaria baicalensis* and pharmaceutical drugs: Insights from experimental studies, mechanistic actions to clinical applications - ScienceDirect
- Typ: web · Url: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1934578X241266692> · Titel: Exploring Bioactive Constituents and Pharmacological Effects of *Scutellaria baicalensis* Georgi: A Review - Yan Liu, Zhixu Gao, Yintao Zhao, Lingjuan Kong, Xiaoqing Ji, Jinyang Wu, Zhanhua Gao, 2024
- Typ: web · Url: <https://de.wikipedia.org/wiki/Baikal-Helmkraut> · Titel: Baikal-Helmkraut- Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://de.wikipedia.org/wiki/Baikal-Helmkraut> · Titel: Baikal-Helmkraut- Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://www.herbalreality.com/herb/skullcap/> · Titel: Skullcap (*Scutellaria lateriflora*): Benefits, Safety, Uses | Herbal Reality
- Typ: web · Url: <https://go.drugbank.com/drugs/DB14364> · Titel: *Scutellaria baicalensis* root: Uses, Interactions, Mechanism of Action | DrugBank
- Typ: web · Url: <https://www.herbalreality.com/herb/baikal-skullcap/> · Titel: Baikal Skullcap (*Scutellaria baicalensis*): Benefits, Safety, Uses | Herbal Reality
- Typ: web · Url: <https://www.onmeda.de/therapie/wirkstoffe/weizenkeime-sojabohnen-baikal-helmkraut-provitamin-b5-id-204042/> · Titel: Weizenkeime + Sojabohnen + Baikal-Helmkraut+ Provitamin B5
- Typ: web · Url: <https://www.activemedicus.com/baikal-helmkraut-scutellaria-baicalensis/> · Titel: Baikal-Helmkraut-*Scutellaria baicalensis*- activeMedicus
- Typ: web · Url: <https://www.darwin-nutrition.fr/en/active/scutellaria-baicalensis/> · Titel: *Scutellaria baicalensis*: benefits, dosage, contraindications
- Typ: web · Url: <https://www.drugs.com/npp/scullcap.html> · Titel: Scullcap Uses, Benefits & Dosage

- Typ: web · Url: <https://www.sunday.de/baikal-helmkraut/> · Titel: BaikalHelmkrautWurzelextrakt ohne Zusätze online kaufen
- Typ: web · Url: <https://www.natur-kraeuter.de/Baikal-Helmkraut-getrocknet-geschnitten/0022-100> · Titel: BaikalHelmkrautgetrocknet + geschnitten im Kräuter online Shop...
- Typ: web · Url: <https://dorado-shopping.de/products/baikal-helmkraut-wurzelschnitt-tee-100g> · Titel: BaikalHelmkrautWurzelschnitt Tee – 100 g, naturbelassen
- Typ: web · Url: <https://www.sunday.de/baikal-helmkraut/> · Titel: BaikalHelmkrautWurzelextrakt ohne Zusätze online kaufen
- Typ: web · Url: <https://www.jameda.de/blog/baikal-helmkrautwurzelttee-anwendung-zubereitung> · Titel: Baikal-Helmkrautwurzelttee: Wirkung, Anwendung & Zubereitung
- Typ: web · Url: <https://www.online-fitness-academy.de/magazin/baikal-helmkraut.html> · Titel: Baikal-Helmkraut: Wirkung, Vorteile und Nebenwirkungen
- Typ: web · Url: <https://sagrusan.com/mediafiles/Sonstiges/artikel-infos/Baikal-Helmkraut.pdf> · Titel: VERTRAUEN SIE DER NATUR SAGRUSAN® BAIKAL-HELMKRAUT
- Typ: web · Url: <https://www.naturheilt.com/helmkraut/> · Titel: Das Baikal-Helmkraut
- Typ: web · Url: <https://www.webmd.com/vitamins/ai/ingredientmono-903/baikal-skullcap> · Titel: Baikal Skullcap: Overview, Uses, Side Effects, Precautions, Interactions, Dosing and Reviews
- Typ: web · Url: <https://www.darwin-nutrition.fr/en/active/scutellaria-baicalensis/> · Titel: Scutellaria baicalensis: benefits, dosage, contraindications
- Typ: web · Url: https://www.rxlist.com/supplements/baikal_skullcap.htm · Titel: Baikal Skullcap: Health Benefits, Side Effects, Uses, Dose & Precautions
- Typ: web · Url: https://www.researchgate.net/publication/349977793_Drug-herb_interactions_between_Scutellaria_baicalensis_and_pharmaceutical_drugs_Insights_from_experimental_studies_mechanistic_actions_to_clinical_applications · Titel: (PDF) Drug-herb interactions between Scutellaria baicalensis and pharmaceutical drugs: Insights from experimental studies, mechanistic actions to clinical applications
- Typ: web · Url: <https://www.online-fitness-academy.de/magazin/baikal-helmkraut.html> · Titel: Baikal-Helmkraut: Wirkung, Vorteile und Nebenwirkungen
- Typ: web · Url: <https://www.onmeda.de/therapie/wirkstoffe/weizenkeime-sojabohnen-baikal-helmkraut-provitamin-b5-id-204042/> · Titel: Weizenkeime + Sojabohnen + Baikal-Helmkraut + Provitamin B5: Nebenwirkung & Wechselwirkung
- Typ: web · Url: https://www.gelbe-liste.de/wirkstoffe/Baikal-Helmkraut-Extrakt_54368 · Titel: Baikal-Helmkraut-Extrakt - Wirkstoff & Medikamente | Gelbe Liste
- Typ: web · Url: https://www.academia.edu/23375745/Scutellaria_baicalensis_in_stroke_management_Natures_blessing_in_traditional_Eastern_medicine_ARTICLE_in_CHINESE_JOURNAL_OF_INTEGRATIVE_MEDICINE_OCTOBER_2014 · Titel: (PDF) Scutellariabaicalensis in stroke management...
- Typ: web · Url: <https://www.dovepress.com/evaluation-of-artemisia-annua-scutellaria-baicalensis-herb-pair-carbon-peer-reviewed-fulltext-article-IJN> · Titel: Exploring the Therapeutic Effect of Artemisia annua-Scutellariabaical
- Typ: lotus · Url: <https://lotus.naturalproducts.net/search/simple/Scutellaria%20baicalensis> · Titel: LOTUS — Scutellaria baicalensis