

Bockshornklee

Trigonella caerulea

Fabaceae · Trigonella · Fabales · Magnoliopsida



ÜBER DIE PFLANZE

Einjähriges Kraut, das eine Höhe von 30–60 cm erreicht. Die Blätter sind verkehrt-eiförmig oder lanzettlich, 2–5 cm lang und 1–2 cm breit, mit sägezahnigem oberem Rand. Die Blütenstiele bilden dichte, kugelige Trauben, die länger als die Blätter sind. Die Krone ist blau gefärbt.

WIRKUNG

- Haarwachstumsförderung
- Behandlung von Hautkrankheiten
- Unterstützung bei Parkinson-Symptomen
- Diabetes mellitus (Samen und Tees)
- Dickdarmkrebs (Diosgenin als Wirkstoff)

ANWENDUNG

- Georgische Küche (Utskho Suneli)
- Würzen von Gerichten wie Suppen und Kartoffelgerichten
- Zubereitung eines aromatischen Tees aus getrockneten, gepulverten Blättern und Blüten

VOLKSMEDIZIN IM DEUTSCHSPRACHIGEN RAUM

Verdauung, Beruhigung während des Stillens

ÜBERLIEFERTE HEILWIRKUNGEN

- Milchbildung
- Abführkraft

- Appetitregung
- Blutzuckersenkung
- Tonikum

TRADITIONELLE CHINESISCHE MEDIZIN

Freitext: Hilfreich bei Appetitlosigkeit, Diabetes mellitus, Milchreizung

AYURVEDA

Freitext: Für mehr Kraft und Testosteron, Unterstützung bei Atemwegserkrankungen

ÜBERLIEFERTES WISSEN

- Georgische Küche (Utskho Suneli)
- Würzen von Gerichten wie Suppen und Kartoffelgerichten
- Zubereitung eines aromatischen Tees aus getrockneten, gepulverten Blättern und Blüten

ERKENNUNGSMERKMALE

Die Blütenstiele bilden dichte, kugelige Trauben, die länger als die Blätter sind. Die Krone ist blau gefärbt.

WUCHS

annual

BLÜTEZEIT

- April-Juli

STANDORT

Vorzugsweise Sonnenlicht und lehmiger Boden, toleriert Trockenheit und Bodenversalzung.

HERKUNFT

Mittelmeerregion

VERWENDETE PFLANZENTEILE

- Samen, Hülsenfrüchte

ZUBEREITUNG

- Tee
- Kapseln
- Shampoos

ERNTEZEIT

- Teil: Samen · Monate: [5, 6] · Hinweis: ...

SAMMELN

Pflanzenteile: Samen

INHALTSSTOFFE

- Schleimstoffe
- Saponin
- Trigonellin
- Bitterstoffe
- Ätherisches Öl
- Fettes Öl

ÄTHERISCHE ÖLE

- medicagenic acid

SICHERHEIT UND WECHSELWIRKUNGEN

GIFTIGKEIT

schwach

VERGIFTUNGSZEICHEN

Magen-Darm-Beschwerden und Hautreaktionen bei übermäßiger Dosis

NEBENWIRKUNGEN

bei übermäßiger Dosis kann Magen-Darm-Beschwerden und Hautreaktionen auftreten; Schwangere, Stillende, Kinder unter 18 Jahren sowie Diabetiker sollten vorsichtig sein

GEGENANZEIGEN

Vorsicht bei bestimmten Medikamenteneinnahmen; nicht sicher während der Schwangerschaft

WECHSELWIRKUNGEN

- Typ: NIE_kombinieren · Hinweis: Bockshornklee sollte niemals mit blutverdünnenden Medikamenten oder diabetesbezogenen Medikamenten kombiniert werden. · Pflanze latein: Trigonella foenum-graecum · Pflanze deutsch: Messerdistel (Linsenklee)
- Typ: NIE_kombinieren · Hinweis: Bockshornklee kann die Wirkung von Warfarin verstärken, was das Blutungsrisiko erhöhen kann. · Pflanze latein: Warfarin · Pflanze deutsch: Antikoagulans (Blutverdünner)
- Typ: hemmt · Hinweis: Bockshornklee kann die Wirkung von Cyclophosphamid abschwächen; klinische Relevanz ist unklar. · Pflanze latein: Cyclophosphamid · Pflanze deutsch: Antineoplastikum (Krebsmittel)
- Typ: NIE_kombinieren · Hinweis: Bockshornklee kann das Risiko eines Serotonin-Syndroms erhöhen, wenn es mit SSRI und anderen serotonergen Medikamenten eingenommen wird. · Pflanze latein: SSRI · Pflanze deutsch: Serotonin-Wiederaufnahmehemmer (Antidepressiva)
- Typ: verstärkt · Hinweis: Bockshornklee kann die Wirkung von oralen Antidiabetika verstärken, was zu Hypoglykämien führen kann. · Pflanze latein: oral Antidiabetika · Pflanze deutsch: Orale Antidiabetika (z.B. Metformin)
- Typ: verstärkt · Hinweis: Bockshornklee kann die Wirkung von Insulin verstärken, was zu Hypoglykämien führen kann. · Pflanze latein: Insulin · Pflanze deutsch: Insulin (Diabetesmittel)
- Typ: synergistisch · Hinweis: Bockshornklee wird in der chinesischen Medizin oft mit anderen Kräutern kombiniert, um die Wirkung zu verstärken. · Pflanze latein: Berberis vulgaris · Pflanze deutsch: Schafskraut (Barberry)

QUELLEN

- Typ: wikipedia_de · Url: <https://de.wikipedia.org/wiki/Bockshornklee> · Titel: Bockshornklee
- Typ: wikipedia_en · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Trigonella_caerulea · Titel: Trigonella caerulea
- Typ: wikipedia_en · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Trigonella_caerulea · Titel: Trigonella caerulea
- Typ: pfaf · Url: [https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Trigonella caerulea](https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Trigonella%20caerulea) · Titel: PFAF — Trigonella caerulea
- Typ: web · Url: https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/european-union-herbal-monograph-trigonella-foenum-graecum-l-semen-revision-1_en.pdf · Titel: European Union herbal monograph on Trigonella foenum
- Typ: web · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Trigonella_caerulea · Titel: Trigonellacaerulea- Wikipedia
- Typ: web · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Trigonella_caerulea · Titel: Trigonellacaerulea- Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://en.wikipedia.org/wiki/Fenugreek> · Titel: Fenugreek - Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://www.orthoknowledge.eu/nutrienten/bockshornklee> · Titel: Bockshornklee | Stiftung Orthoknowledge
- Typ: web · Url: <https://antikeapotheke.at/heilpflanzen/heilpflanzen-auf-b/bockshornklee> · Titel: Bockshornklee in der Antiken Apotheke: Wirkstoffe, Anwendungen...
- Typ: web · Url: <https://www.bebafamily.de/magazin/bockshornklee-stillen> · Titel:

BockshornkleebeimStillen: Wunderwaffe für gesundeStillzeit?

- Typ: web · Url: <https://www.gesundheit.de/lexika/heilpflanzen-lexikon/bockshornklee-dosierung-id214728/> · Titel: Bockshornklee: Dosierung, Zubereitung, Einnahme | gesundheit.de
- Typ: web · Url: <https://www.my-mosaik.de/ernaehrung/bockshornklee-tee-zubereitung/> · Titel: Bockshornklee Tee Zubereitung: So entfaltet er seine beste Wirkung
- Typ: web · Url: <https://www.ihr-wellness-magazin.de/gesundheit/pflanzliche-hormone/bockshornklee/bockshornklee-tee.html> · Titel: Bockshornklee Tee - Wirkung und Zubereitung
- Typ: web · Url: https://www.eanswers.net/wiki/en/Trigonella_caerulea/ · Titel: eanswers.net/wiki/en/Trigonella_caerulea
- Typ: web · Url: <https://www.gardenshaman.eu/en/product/trigonella-caerulea/> · Titel: Blue fenugreek (Trigonellacaerulea) - Seeds... | GardenShaman.eu
- Typ: web · Url: https://webprod.hc-sc.gc.ca/nhpid-bdipsn/dbImages/mono_fenugreek-topical_english.pdf · Titel: TRIGONELLA FOENUM-GRÆCUM Topical This monograph ...
- Typ: web · Url: https://www.eanswers.net/wiki/en/Trigonella_caerulea/ · Titel: eanswers.net/wiki/en/Trigonella_caerulea
- Typ: web · Url: <https://www.jelitto.com/Seed/Organic+Seed/TRIGONELLA+caerulea+Portion+s.html> · Titel: Jelitto Perennial Seed |TRIGONELLACAeruleaPortion(s)
- Typ: web · Url: <https://www.das-tee-magazin.de/bockshornklee/> · Titel: Bockshornklee-Tee: Inhaltsstoffe, Anwendung, Zubereitung
- Typ: web · Url: <https://teanchill.de/bockshornklee-tee/> · Titel: Bockshornklee Tee: Zubereitung, Wirkung & Mehr - teanchill.de
- Typ: web · Url: <https://www.fitbook.de/ernaehrung/bockshornkleesamentee> · Titel: Wirkung und Zubereitung von Bockshornkleesamentee - FITBOOK
- Typ: web · Url: <https://www.fitbook.de/gesundheit/bockshornklee> · Titel: Wirkung von Bockshornklee-Supplementierung auf Gesundheit und Training
- Typ: web · Url: <https://www.gesundheit.de/lexika/heilpflanzen-lexikon/bockshornklee-wirkung-id214730/> · Titel: Bockshornklee: Wirkung, Nebenwirkungen, Wechselwirkungen | gesundheit.de
- Typ: web · Url: <https://supplementinspektor.de/bockshornklee/> · Titel: Bockshornklee Extrakt: Natürliche Kapseln für Gesundheit und Wohlbefinden
- Typ: lotus · Url: <https://lotus.naturalproducts.net/search/simple/Trigonella%20caerulea> · Titel: LOTUS — Trigonella caerulea
- Typ: web · Url: <https://de.wikipedia.org/wiki/Bockshornklee> · Titel: Bockshornklee- Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://www.kloesterl-apotheke.de/heilpflanzen-lexikon/bockshornklee/> · Titel: Bockshornklee- Heilpflanzen bei der Klösterl-Apotheke
- Typ: web · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Trigonella_caerulea · Titel: Trigonella caerulea - Wikipedia
- Typ: web · Url: https://link.springer.com/rwe/10.1007/978-3-319-50009-6_525-1 · Titel: Trigonella caerulea (L.) Ser. Trigonella foenum-graecum L ...