

Dichtblüten-Betonie

Betonica hirsuta

Lamiaceae · *Betonica* · Lamiales · Magnoliopsida



ÜBER DIE PFLANZE

Perennierende Staude, 30-100 cm hoch.

WIRKUNG

antiseptisch, entzündungshemmend, beruhigend, antispasmodisch

VOLKSMEDIZIN IM DEUTSCHSPRACHIGEN RAUM

Innerlich: e Anwendung trinken kann.

Volksmedizin: schätzt ihn jedoch umso mehr, wie das bei fast vergessenen Pflanzen oft der Fall ist.

ÜBERLIEFERTE HEILWIRKUNGEN

- Kopfschmerzen
- Verdauungsbeschwerden

- Entzündungen

ERKENNUNGSMERKMALE

Dichte Blätter mit feinen, borstigen Haaren, aufrechte, unverzweigte Stängel mit dichten, kugeligen Blütenähren aus zweilippigen, röhrenförmigen Blüten

WUCHS

perennis

BLÜTEZEIT

- Juni–September

STANDORT

Sonnig bis halbschattig, durchlässiger Boden

VERWENDETE PFLANZENTEILE

- *Herba Betonicae* (getrocknete Blätter und Blüten)

ERNTENZEIT

- Teil: Blüte · Monate: [6, 7, 8] · Hinweis: vor der Blüte oder während der Blüte (Juni bis August) · Mondphase: zunehmend
- Teil: Blatt · Monate: [3, 4, 5, 6, 7, 8, 9] · Hinweis: optimal nach dem Wachstum (Frühling bis Herbst) · Mondphase: zunehmend
- Teil: Stängel · Monate: [9] · Hinweis: nach der Blüte im Herbst, oft für Trocknung genutzt · Mondphase: abnehmend

SAMMELN

- Monate: [6, 7, 8] · Hinweis: Traditionell wird die Ernte an aufsteigendem Mond bevorzugt. · Mondphase: zunehmend · Bedingungen: Vollblühende Blütenstände sind ideal für die Verwendung. · Pflanzenteil: Blüte · Reifezustand: reif
- Monate: [6, 7, 8] · Hinweis: Traditionell wird die Ernte an aufsteigendem Mond bevorzugt. · Mondphase: zunehmend · Bedingungen: Junge Blätter bevorzugen (milder Geschmack/Wirkung). · Pflanzenteil: Blatt · Reifezustand: vor Reife/junge Blätter
- Monate: [3, 4, 9, 10] · Hinweis: Vorsichtig ausgraben, überschüssige Erde abklopfen. · Mondphase: zunehmend · Bedingungen: Die Wurzel wird im Frühling (März–April) oder im Herbst (September–Oktober) geerntet. · Pflanzenteil: Wurzel
- Monate: [6, 7, 8] · Hinweis: Traditionell wird die Ernte an aufsteigendem Mond bevorzugt. · Mondphase: zunehmend · Bedingungen: Meist als frische Pflanze oder getrocknet verwendet. · Pflanzenteil: Stängel

INHALTSSTOFFE

- adstringierend
- harntreibend

SICHERHEIT UND WECHSELWIRKUNGEN

GIFTIGKEIT

keine

WECHSELWIRKUNGEN

- Typ: NIE kombinieren · Hinweis: Kann bei empfindlichen Personen Hautreizungen oder allergische Reaktionen verursachen. Testung auf Hautverträglichkeit vor äußerer Anwendung empfohlen. · Pflanze latein: *Stachys germanica* · Pflanze deutsch: Griechischer Storchnabel
- Typ: NIE kombinieren · Hinweis: Könnte uterustonisch wirken. Vermeiden bei Schwangerschaft und Stillzeit. · Pflanze latein: *Stachys recta* · Pflanze deutsch: Steppen-Storchnabel

- Typ: verstärkt · Hinweis: Entzündungshemmende Wirkung verstärkt bei Kombination mit *Betonica hirsuta*. · Pflanze latein: *Althaea officinalis* · Pflanze deutsch: Eibischwurzel
- Typ: verstärkt · Hinweis: Entzündungshemmende Wirkung verstärkt bei Kombination mit *Betonica hirsuta*. · Pflanze latein: *Plantago lanceolata* · Pflanze deutsch: Spitzwegerich
- Typ: verstärkt · Hinweis: Entzündungshemmende Wirkung verstärkt bei Kombination mit *Betonica hirsuta*. · Pflanze latein: *Thymus vulgaris* · Pflanze deutsch: Gemeiner Thymian
- Typ: verstärkt · Hinweis: Schmerzlindernde und beruhigende Wirkung verstärkt bei Kombination mit *Betonica hirsuta*. · Pflanze latein: *Matricaria chamomilla* · Pflanze deutsch: Kamille
- Typ: verstärkt · Hinweis: Schmerzlindernde und beruhigende Wirkung verstärkt bei Kombination mit *Betonica hirsuta*. · Pflanze latein: *Lavandula angustifolia* · Pflanze deutsch: Gemeiner Lavendel
- Typ: verstärkt · Hinweis: Schmerzlindernde und beruhigende Wirkung verstärkt bei Kombination mit *Betonica hirsuta*. · Pflanze latein: *Mentha × piperita* · Pflanze deutsch: Pfefferminze
- Typ: verstärkt · Hinweis: Verdauungsfördernde Wirkung verstärkt bei Kombination mit *Betonica hirsuta*. · Pflanze latein: *Foeniculum vulgare* · Pflanze deutsch: Gemeiner Fenchel
- Typ: verstärkt · Hinweis: Verdauungsfördernde Wirkung verstärkt bei Kombination mit *Betonica hirsuta*. · Pflanze latein: *Pimpinella anisum* · Pflanze deutsch: Anis
- Typ: verstärkt · Hinweis: Verdauungsfördernde Wirkung verstärkt bei Kombination mit *Betonica hirsuta*. · Pflanze latein: *Zingiber officinale* · Pflanze deutsch: Ingwer
- Typ: NIE_kombinieren · Hinweis: Gerbstoffe in *Betonica hirsuta* können die kardiotoxische Wirkung verstärken (Herzrhythmusstörungen). · Pflanze latein: *Digitalis purpurea* · Pflanze deutsch: Lila-Digitalis
- Typ: NIE_kombinieren · Hinweis: Gerbstoffe können die Lithium-Ausscheidung verlangsamen → erhöhte Lithium-Spiegel im Blut (Nierenbelastung). · Pflanze latein: *Lithium carbonate* · Pflanze deutsch: Lithiumcarbonat
- Typ: wirkung_aufgehoben · Hinweis: Gerbstoffe in *Betonica hirsuta* können die Wirkung von Abführmitteln abschwächen. · Pflanze latein: *Senna alexandrina* · Pflanze deutsch: Gemeine Senna
- Typ: NIE_kombinieren · Hinweis: Keine expliziten Warnungen, aber generell Vorsicht bei Kombination mit Blutgerinnungshemmern. · Pflanze latein: *Aspirin* · Pflanze deutsch: Acetylsalicylsäure

QUELLEN

- Typ: wikipedia_de · Url: <https://de.wikipedia.org/wiki/Dichtblüten-Betonie> · Titel: Dichtblüten-Betonie
- Typ: pfaf · Url: [https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Betonica hirsuta](https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Betonica+hirsuta) · Titel: PFAF — *Betonica hirsuta*
- Typ: web · Url: <https://www.inaturalist.org/taxa/906114-Betonica-hirsuta> · Titel: Alpine betony (*Betonica hirsuta*) · iNaturalist
- Typ: web · Url: https://plantiary.com/plant/betonica-hirsuta_31197.html · Titel: Alpine Betony (*Betonica hirsuta*) Plant Care & How to Grow, Water
- Typ: web · Url: <https://de.wikipedia.org/wiki/Dichtblüten-Betonie> · Titel: Dichtblüten-Betonie-Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://de.wikipedia.org/wiki/Dichtblüten-Betonie> · Titel: Dichtblüten-Betonie-Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://www.gruenes-archiv.de/betonie-pflanzen-wirkung-kultur-und-arten/> · Titel: Betoniepflanzen - Wirkung, Kultur und Arten | Das Grüne Archiv
- Typ: web · Url: <https://www.inaturalist.org/taxa/906114-Betonica-hirsuta> · Titel: *Betonica hirsuta* a species of plants with 552 observations
- Typ: web · Url: https://species.wikimedia.org/wiki/Betonica_hirsuta · Titel: *Betonica hirsuta*-Wikispecies
- Typ: gbif · Url: [https://www.gbif.org/species/search?q=Betonica hirsuta](https://www.gbif.org/species/search?q=Betonica+hirsuta) · Titel: GBIF — *Betonica hirsuta*
- Typ: web · Url: <https://de.wikipedia.org/wiki/Betonien> · Titel: Betonien – Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://en.wikipedia.org/wiki/Betonica> · Titel: *Betonica* - Wikipedia

-
- Typ: web · Url: https://plantiary.com/plant/betonica-hirsuta_31197.html · Titel: Alpine Betony (BetonicaHirsuta) Plant Care & How to Grow, Water
 - Typ: web · Url: <https://www.inaturalist.org/taxa/906114-Betonica-hirsuta> · Titel: Alpine betony (BetonicaHirsuta) · iNaturalist
 - Typ: ema · Url: https://www.ema.europa.eu/en/search?search_api_fulltext=Betonica%20hirsuta · Titel: EMA — Betonica hirsuta
 - Typ: web · Url: <https://de.wikipedia.org/wiki/Dichtblüten-Betonie> · Titel: Dichtblüten-Betonie-Wikipedia
 - Typ: web · Url: https://www.baumschule-horstmann.de/dichtblueten-betonie-summer-snowcone-699_127790.html · Titel: Dichtblüten-Betonie'Summer Snowcone' - bestes Stauden-Wissen