
Brahmi

Bacopa monnieri

Plantaginaceae · Bacopa

WIRKUNG

Bacopa monnieri verbessert die Verarbeitung neuer Informationen im Gehirn und hilft bei der Erleichterung von Angst.

ANWENDUNG

Hilft bei der Verarbeitung neuer Informationen und beruhigt, besonders nützlich zur Prüfungsvorbereitung

VERWENDETE PFLANZENTEILE

- Blatt

ZUBEREITUNG

- Tee

SICHERHEIT UND WECHSELWIRKUNGEN

GIFTIGKEIT

schwach

NEBENWIRKUNGEN

Occasional gastrointestinal irritation (e.g., reflux)

GEGENANZEIGEN

Nicht bei Celiakie, Malabsorptions-Syndromen, Gallenblasenverstopfung oder Gastroreflux-Problemen einnehmen. Bei Schwangerschaft und Stillzeit nur unter ärztlicher Anleitung.

HÖCHSTMENGE

3x täglich 2g getrocknete Brahmi in kochendem Wasser; oder maximal 6g pro Tag nach Herstelleranweisung

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.