

Kopfiges Tausendgüldenkraut

Centaurium erythraea

Gentianaceae · Centaurium · Gentianales · Magnoliopsida



WIRKUNG

- Verdauungsförderung
- Entzündungshemmung
- Harntreibend

ANWENDUNG

- Tee (Infus)
- Tinktur (alkoholisch)
- Extrakt (Kapseln/Tabletten)

VOLKSMEDIZIN IM DEUTSCHSPRACHIGEN RAUM

Magenschmerzen,

ÜBERLIEFERTE HEILWIRKUNGEN

- Appetitlosigkeit
- Leichte Verdauungsbeschwerden
- Harnwegsinfekte
- Leichte Entzündungen der Atemwege
- Fieber & Erkältungen

VERWENDETE PFLANZENTEILE

- Blüten
- Blätter

ZUBEREITUNG

- Tee
- Tinktur
- Extrakt (Kapseln/Tabletten)

ERNTZEIT

- Teil: Blüte|Blatt · Monate: [6, 7, 8] · Hinweis: ... · Mondphase: ...

SAMMELN

- Monate: [6, 7, 8] · Hinweis: Nur während der Blüte sammeln. Keine Wurzeln ausgraben. · Tageszeit: morgens|nach Tau · Bedingungen: Trocken, kein Regen vor der Ernte · Pflanzenteil: Oberirdische Teile · Reifezustand: Blühende Pflanze

INHALTSSTOFFE

- Secoiridoid-Glykoside
- Polyphenole
- Bitterstoffe (Erythrocentaurin, Erythraurin)

ÄTHERISCHE ÖLE

- swertiamarin
-
- (4as,5r,6s)-5-ethenyl-6-[[[3,4,5-trihydroxy-6-(hydroxymethyl)oxan-2-yl]oxy]-3h,4h,4ah,5h,6h-pyrano[3,4-c]pyran-1-one
- gentiopicroside
- sweroside
- β-amyrin
-
- 3-[[[(2r,3r,4s,5r,6s)-6-[[[(3s,4r,4as)-4-ethenyl-8-oxo-3h,4h,4ah,5h,6h-pyrano[3,4-c]pyran-3-yl]oxy]-4-(acetyloxy)-3,5-dihydroxyoxan-2-yl]methoxy}benzoic acid
-
- (2s,3r,4s,5r,6r)-2-[[[(3r,4r,4ar)-4-ethenyl-8-oxo-3h,4h,4ah,5h,6h-pyrano[3,4-c]pyran-3-yl]oxy]-4-(acetyloxy)-5-hydroxy-6-(hydroxymethyl)oxan-3-yl 3-hydroxybenzoate
-
- (4as,6ar,6bs,8ar,10s,12as,12br,14br)-10-(acetyloxy)-2,2,6a,6b,9,9,12a-heptamethyl-1,3,4,5,6,7,8,8a,10,11,12,12b,13,14b-tetradecahydricene-4a-carboxylic acid
-
- (1s,4as,5r,7s,7ar)-5-hydroxy-7-methyl-1-[[[(2s,3r,4s,5s,6r)-3,4,5-trihydroxy-6-(hydroxymethyl)oxan-2-yl]oxy]-1h,4ah,5h,6h,7h,7ah-cyclopenta[c]pyran-4-carboxylate
-
- (3s,4ar,6as,6br,8ar,12as,14ar,14bs)-4,4,6a,6b,8a,11,11,14b-octamethyl-1,2,3,4a,5,6,7,8,9,10,12,12a,14,14a-tetradecahydricen-3-yl acetate
-
- 10-(acetyloxy)-2,2,6a,6b,9,9,12a-heptamethyl-1,3,4,5,6,7,8,8a,10,11,12,12b,13,14b-tetradecahydricen-4a-carboxylic acid
-
- (5r,6s)-5-ethenyl-4a-hydroxy-6-[[[(2s,3r,4s,5s,6r)-3,4,5-trihydroxy-6-(hydroxymethyl)oxan-2-yl]oxy]-3h,4h,5h,6h-pyrano[3,4-c]pyran-1-one
-
- 5-[hydroxy({[(2s,3r,4s,5s,6r)-3,4,5-trihydroxy-6-(hydroxymethyl)oxan-2-yl]oxy})methyl]-6-methyl-3h,5h,6h-pyrano[3,4-c]pyran-1-one
-
- 4,4,6a,6b,8a,11,11,14b-octamethyl-1,2,3,4a,5,6,7,8,9,10,12,12a,14,14a-tetradecahydricen-3-yl acetate
-

(3r,4as,6as,6br,8ar,12as,14ar,14bs)-4,4,6a,6b,8a,11,11,14b-octamethyl-1,2,3,4a,5,6,7,8,9,10,12,12a,14,14a-tetradecahydricen-3-ol

SICHERHEIT UND WECHSELWIRKUNGEN

GIFTIGKEIT

schwach

NEBENWIRKUNGEN

- Mögliche leichte Magen-Darm-Reizungen
- Allergische Reaktionen

GEGENANZEIGEN

- Schwere Lebererkrankungen
- Schwere Niereninsuffizienz
- Überempfindlichkeit gegen Gentianaceae
- Schwangerschaft & Stillzeit (nach Rücksprache mit Arzt/Heilpraktiker)

WECHSELWIRKUNGEN

- Senkung des Blutzuckers
- Senkung des Blutdrucks
- Stärkung der Wirkung von Benzodiazepinen

QUELLEN

- Typ: buch · Titel: Buchleser-Warteschlange · Hinweis: Erstbeleg: Buchfund «Centaurium erythraea erythraea» aus botaniker_queue
- Typ: primaer · Titel: PubMed/MEDLINE · Korpus: medline · Hinweis: 8 Abstracts nennen diese Art
- Typ: korpus · Datei: wikipedia_de_all_maxi_2026-01.zim · Stand: 2026-01-15 · Titel: Echtes Tausendgüldenkraut · Korpus: kiwix · Hinweis: kiwix: wikipedia_de_all_maxi_2026-01.zim (Stand 2026-01-15), Artikel «Echtes Tausendgüldenkraut» (gefunden über «Centaurium erythraea»)