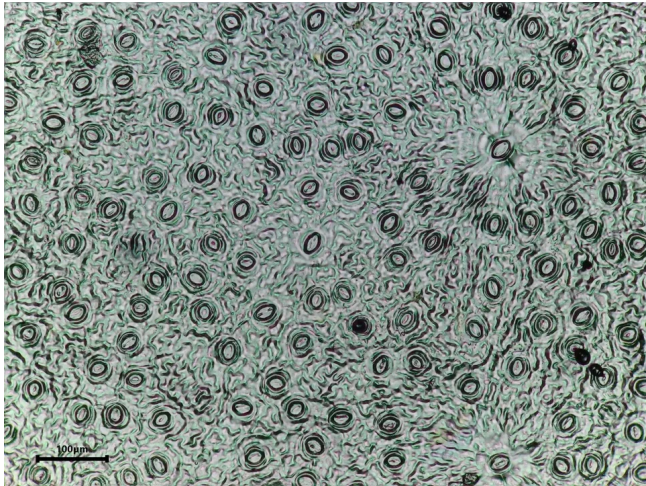


Europäische Stechpalme

Ilex aquifolium

Aquifoliaceae · Ilex · Aquifoliales · Magnoliopsida



ÜBER DIE PFLANZE

Immergrüner Strauch oder kleiner Baum, 3-9 m hoch, langsamwachsend. Stachelige, ledrige Blätter, wechselständig, 3-10 cm lang, glänzend dunkelgrün. Klein, weißlich-grün, dioözische Blüten (männliche und weibliche an separaten Pflanzen). Rote, essbare Beeren von Herbst bis Winter.

WIRKUNG

Entzündungshemmend, antioxidativ, antimikrobiell

ANWENDUNG

Sie wird häufig als Heckenpflanze oder als einzelne Pflanzen in Parks und Gärten verwendet.

ÜBERLIEFERTE HEILWIRKUNGEN

- Die Blätter enthalten giftige Stoffe, die in der Vergangenheit zur Herstellung von Arzneimitteln genutzt wurden.

ÜBERLIEFERTES WISSEN

- Keltische Winterfeiern: Symbole für ewiges Leben und Schutz
- Frühe europäische Volksmedizin: Poultices mit Blättern
- Mittelalterliche Heilpflanzen: Hildegard von Bingen empfahl Tee aus Blättern gegen Urinprobleme und "Wind" (Bauchschmerzen)
- 15. Jahrhundert: Manuscript in Irland erwähnt "Holly-Broth" zur Erleichterung von Dipsie

KULTURELLE BEDEUTUNG

Symbol für Unsterblichkeit (immergrün), Christliche Tradition: 'Christrose' oder 'Christdorn', Heidentum: Schutz vor bösen Geistern.

ERKENNUNGSMERKMALE

Stachelige Blätter, rote Beeren (nur bei weiblichen Pflanzen), immergrün.

WUCHS

Strauch oder kleiner Baum

BLÜTEZEIT

- Mai-Juni

STANDORT

Halbschatten bis Schatten (z.B. in Mischwäldern als Strauchform), windgeschützt.

HERKUNFT

Europa, Nordafrika, Südwestasien

VERWENDETE PFLANZENTEILE

- Blätter
- Beeren

ZUBEREITUNG

- Aufguss
- Kompressen

ERNTENZEIT

- Teil: Blatt · Monate: [5, 6] · Hinweis: Frühling bis Sommer (Mai-Juni), wenn das Saftleben aktiv ist. · Mondphase: zunehmend|Vollmond
- Teil: Frucht · Monate: [11, 12, 1, 2, 3] · Hinweis: Spätherbst bis Winter (November-März), wenn die Früchte reif sind. · Mondphase: abnehmend|Neumond

SAMMELN

- Monate: [10, 11] · Hinweis: Nur reife, tiefrote Beeren pflücken (grüne sind giftig). · Bedingungen: nach Frost, wenn die Beeren weicher und weniger bitter sind. · Pflanzenteil: Frucht · Reifezustand: überreif
- Monate: [5] · Hinweis: Nur mäßige Mengen verwenden (Giftigkeit durch Saponine). · Bedingungen: vor der Blüte, wenn die Pflanze aktiv wächst. · Pflanzenteil: Blatt
- Monate: [10] · Hinweis: Nur mäßige Mengen verwenden (Giftigkeit durch Saponine). · Bedingungen: nach dem Laubfall, wenn die Pflanze aktiv wächst. · Pflanzenteil: Blatt
- Monate: [5] · Hinweis: Frisch für Tee oder kurz ziehen lassen. · Bedingungen: junge Triebe im Frühling abschneiden. · Pflanzenteil: Rinde
- Monate: [10] · Hinweis: Frisch für Aufgüsse oder getrocknet als Pulver mahlen. · Bedingungen: alte Rinde im Herbst abschälen. · Pflanzenteil: Rinde

INHALTSSTOFFE

- Triterpensaponine
- Flavonoide

ÄTHERISCHE ÖLE

- β -amyrin
- β -amyrin
- amyrin

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

(4ar,6ar,6bs,8ar,12ar,14ar,14br)-4,4,6a,6b,8a,11,11,14b-octamethyl-2,4a,5,6,7,8,9,10,12,12a,14,14a-decahydro-1h-picen-3-one

4,4,6b,8a,11,12,12b,14b-octamethyl-2,3,4a,5,7,8,9,10,11,12,12a,13,14,14a-tetradecahydro-1h-picen-3-ol

8a-(hydroxymethyl)-4,4,6a,6b,11,11,14b-heptamethyl-1,2,3,4a,5,6,7,8,9,10,12,12a,14,14a-tetradecahydro-picen-3-ol

- ursolic acid

(3r,4as,6as,6br,8as,12ar,14ar,14bs)-8a-(hydroxymethyl)-4,4,6a,6b,11,11,14b-heptamethyl-1,2,3,4a,5,6,7

,8,9,10,12,12a,14,14a-tetradecahydricen-3-ol

- 10-hydroxy-1,2,6a,6b,9,9,12a-heptamethyl-2,3,4,5,6,7,8,8a,10,11,12,12b,13,14b-tetradecahydro-1h-picene-4a-carboxylic acid
- (3s,4ar,6bs,8ar,11r,12s,12ar,12bs,14ar,14br)-4,4,6b,8a,11,12,12b,14b-octamethyl-2,3,4a,5,7,8,9,10,11,12,12a,13,14,14a-tetradecahydro-1h-picen-3-ol
- oleanolic acid
- 8a-(hydroxymethyl)-4,4,6a,6b,11,12,14b-heptamethyl-2,3,4a,5,6,7,8,9,10,11,12,12a,14,14a-tetradecahydro-1h-picen-3-ol
- (3s,4ar,6ar,6bs,8ar,12as,14ar,14br)-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
- (1s,2r,4as,6as,6br,8ar,10s,12ar,12br,14br)-10-hydroxy-1,2,6a,6b,9,9,12a-heptamethyl-2,3,4,5,6,7,8,8a,10,11,12,12b,13,14b-tetradecahydro-1h-picene-4a-carboxylic acid

SICHERHEIT UND WECHSELWIRKUNGEN

GIFTIGKEIT

mittel

GIFTIGE TEILE

- Beeren

GIFTIG FÜR

- Menschen
- Haustiere

VERGIFTUNGSZEICHEN

örtliche Reizung, Hautausschlag, leichte Magen-Darm-Beschwerden

GEGENANZEIGEN

Schwangere, bestimmte Medikamenteneinnahmer

WECHSELWIRKUNGEN

- Typ: NIE_kombinieren · Hinweis: Kontraindizierte Kombination: Ilex aquifolium (Europäische Stechpalme) kann mit anderen Medikamenten wechselwirken, insbesondere bei Herzmedikationen und Blutdrucksenkern. Niemals mit Blutverdünnungsmitteln zusammennehmen. · Pflanze latein: Ilex aquifolium · Pflanze deutsch: Europäische Stechpalme
- Typ: NIE_kombinieren · Hinweis: Gefährliche Pflanzenkombinationen: Ilex aquifolium (Stechpalme) kann Wechselwirkungen mit Blutverdünnungsmitteln verursachen. · Pflanze latein: Ilex aquifolium · Pflanze deutsch: Europäische Stechpalme
- Typ: NIE_kombinieren · Hinweis: Kontraindizierte Kombination: Ilex aquifolium (Stechpalme) sollte nicht von Schwangeren und Stillenden eingenommen werden, da mögliche Risiken nicht vollständig erforscht sind. · Pflanze latein: Ilex aquifolium · Pflanze deutsch: Europäische Stechpalme
- Typ: NIE_kombinieren · Hinweis: Gefährliche Pflanzenkombinationen: Ilex aquifolium (Padub) ist je nach Kombination gefährlich, insbesondere die Früchte sind giftig und sollten nie gegessen werden. · Pflanze latein: Ilex aquifolium · Pflanze deutsch: Europäische Stechpalme
- Typ: NIE_kombinieren · Hinweis: Kontraindizierte Kombination: Ilex aquifolium (Stechpalme) mit anderen giftigen Pflanzen oder Kräutern, die Giftstoffe verstärken könnten. · Pflanze latein: Ilex aquifolium · Pflanze deutsch: Europäische Stechpalme

QUELLEN

- Typ: web · Url: <https://en.wikipedia.org/wiki/Holly> · Titel: Holly-Wikipedia
- Typ: web · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Ilex_aquifolium · Titel: Ilex aquifolium-Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://de.wikipedia.org/wiki/Steckpalmen> · Titel: Steckpalmen- Wikipedia
- Typ: web · Url: https://ru.wikipedia.org/wiki/Падуб_остролистный · Titel: Падуб остролистный — Википедия
- Typ: web · Url: https://de.wikipedia.org/wiki/Europäische_Steckpalme · Titel: EuropäischeSteckpalme- Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://www.wald.rlp.de/wald/baeume-unserer-waelder/europaeische-steckpalme> · Titel: EuropäischeSteckpalme(Ilexaquifolium) - Baum des Jahres 2021 .
- Typ: web · Url: <https://www.botanical-online.com/en/photography/photo-ilex-aquifolium> · Titel: Ilexaquifolium(Holly) - Botanical online
- Typ: web · Url: <https://uaex.ua.edu/yard-garden/resource-library/plant-week/Ilex-aquifolium-Argentea-Marginata-English-Holly-12-02-2016.aspx> · Titel: Ilexaquifolium'Argentea Marginata' English Holly
- Typ: web · Url: <https://medlexi.de/Steckpalme> · Titel: Steckpalme - Vorkommen, Inhaltsstoffe & Medizinische ...Steckpalme: Natürliche Heilkräfte und AnwendungstippsLösen Tee dosieren – so geht's richtig - AURESA BlogZubereitung / Dosierung Tee / Salbe / TinkturenDEEMBER 1 / APPENELLER MAAIN / NATÜRLICH HEILEN / 37 ...Zur gärtnerischen Verwendung der Steckpalme
- Typ: web · Url: <https://houlihealth.de/2024/04/21/die-heilende-kraft-der-steckpalme-ein-natuerliches-heilmittel-im-ramp-enlicht/> · Titel: Steckpalme: Natürliche Heilkräfte und Anwendungstipps
- Typ: web · Url: <https://www.paulownia-baumschule.de/europaeische-steckpalme-ilex-aquifolium/> · Titel: EuropäischeSteckpalme... - Paulownia Baumschule Schröder
- Typ: web · Url: <https://gardenish.co/plants/ilex-aquifolium/> · Titel: English Holly (Ilexaquifolium) | Gardenish Plant... | Gardenish
- Typ: web · Url: <https://wyevalehedges.co.uk/products/ilex-aquifolium-holly-argentea-marginata> · Titel: Ilexaquifolium(Holly) 'Argentea Marginata' - Wyevale Hedges
- Typ: web · Url: <https://www.theplantcompany.co.nz/explore/ilex-aquifolium-argentea-marginata> · Titel: The Bestilexaquifoliumargentea marginata | Fast Delivery
- Typ: lotus · Url: <https://lotus.naturalproducts.net/search/simple/Ilex%20aquifolium> · Titel: LOTUS — Ilex aquifolium
- Typ: web · Url: <https://gardenish.co/plants/ilex-aquifolium/> · Titel: English Holly (Ilexaquifolium) | Gardenish Plant... | Gardenish
- Typ: web · Url: <https://botan-ai.ru/knowledge/plants/ilex-aquifolium> · Titel: Падуб остролистный (Ilexaquifolium) — уход... | Botan AI
- Typ: web · Url: <https://en.wikipedia.org/wiki/Holly> · Titel: Holly-Wikipedia
- Typ: web · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Ilex_aquifolium · Titel: Ilex aquifolium-Wikipedia
- Typ: web · Url: https://ru.wikipedia.org/wiki/Падуб_остролистный · Titel: Падуб остролистный — Википедия
- Typ: web · Url: <https://botan-ai.ru/knowledge/plants/ilex-aquifolium> · Titel: Падуб остролистный (Ilexaquifolium) — уход... | Botan AI
- Typ: web · Url: <https://khkeeler.blogspot.com/2014/12/plant-story-holly-ilex-aquifolium.html> · Titel: A Wandering Botanist: Plant Story -- Holly (Ilexaquifolium)...
- Typ: web · Url: https://de.wikipedia.org/wiki/Europäische_Steckpalme · Titel: EuropäischeSteckpalme- Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://www.heckenpflanzen-heijnen.de/anpflanz-anleitung/was-ist-die-europäische-steckpalme> · Titel: Was ist dieEuropäischeSteckpalme? | Heijnen Pflanzen
- Typ: web · Url: <https://www.bablue.at/signaturenlehre-pdf/> · Titel: Heilpflanzen Bedeutung verstehen -Signaturenlehreeinfach erklärt

- Typ: web · Url: https://ru.wikipedia.org/wiki/Падуб_остролистный · Titel: Падуб остролистный — Википедия
- Typ: web · Url: <https://en.wikipedia.org/wiki/Holly> · Titel: Holly-Wikipedia
- Typ: web · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Ilex_aquifolium · Titel: Ilex aquifolium-Wikipedia
- Typ: gbif · Url: https://www.gbif.org/species/search?q=Ilex_aquifolium · Titel: GBIF — Ilex aquifolium
- Typ: web · Url: <https://en.wikipedia.org/wiki/Holly> · Titel: Holly-Wikipedia