

Gemeiner Lein

Linum usitatissimum

Linaceae · Linum



ÜBER DIE PFLANZE

Die Pflanze ist kahl, mit einzeln stehenden Stängeln. Laubblätter sind wechselständig und lineal-lanzettlich geformt. Der Stängel enthält technische Fasern (19-25% des Gewichts), die hauptsächlich aus Zellulose bestehen.

WIRKUNG

Demulcent, Emollient, Laxativ und Phytoestrogenisch wirksam

ANWENDUNG

Als Bulk-Laxativ, Demulzent und Emollient in der Behandlung von Entzündungen im Verdauungstrakt

ÜBERLIEFERTE HEILWIRKUNGEN

- Entzündungsunterdrückend
- Gut für Herz und Kreislauf
- Hilft bei chronischer Verstopfung

ERKENNUNGSMERKMALE

Stängel enthält technische Fasern (19-25% des Gewichts), die hauptsächlich aus Zellulose bestehen.

BLÜTEZEIT

- Juni bis August

VERWENDETE PFLANZENTEILE

- Samen

ZUBEREITUNG

- Tee
- Umschlag
- Menopause-Kuchen

ERNTENZEIT

- Teil: Samen · Monate: [6, 7, 8] · Hinweis: Die Samen können in den Monaten Juni bis August geerntet werden.
- Teil: Blüte|Gesamtpflanze · Monate: [6, 7, 8] · Hinweis: Die Blüte und die Ernte der gesamten Pflanze erfolgt in den Monaten Juni bis August.

SAMMELN

- Monate: [5, 6] · Bedingungen: Je nach Sorte und Klima. · Pflanzenteil: Blüte · Reifezustand: vor Reife
- Monate: [8, 9] · Bedingungen: Wenn die Schoten braun werden. · Pflanzenteil: Samen · Reifezustand: reif
- Monate: [4, 6] · Bedingungen: Können als Faser (Leinen) geerntet werden. · Pflanzenteil: Blatt|Stängel · Reifezustand: vor Reife

INHALTSSTOFFE

- Polyunersättigte Fettsäuren
- Proteine
- Faser
- Mucilagose
- Sterole
- Lignane

SICHERHEIT UND WECHSELWIRKUNGEN

GIFTIGKEIT

mittel

GIFTIGE TEILE

- Unreife Samen

VERGIFTUNGSZEICHEN

Unreife Samen enthalten cyanogene Glykoside (Linamarin), aus denen im Körper Blausäure frei wird. Beschwerden: Übelkeit, Erbrechen, Kopfschmerz, Schwindel, in schweren Fällen Atemnot. Reife, ausgereifte Leinsamen gelten in üblichen Mengen als unbedenklich; die Gefahr liegt bei unreifer Ware und grossen Mengen.

GEGENANZEIGEN

Nicht verwenden bei unreifen Samen, die giftig sein können.

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.