

# Indisches Basilikum

Ocimum tenuiflorum

Lamiaceae · Ocimum



## WIRKUNG

Wird in der Ayurveda-Medizin für eine Reihe von Beschwerden verwendet. Wissenschaftliche Forschungen bestätigen seine Rolle bei der Behandlung von Diabetes und als unterstützende Pflanze während stressreicher Zeiten.

## ANWENDUNG

Management von Diabetes, Stressbewältigung, mögliche Verbesserung der Konzentration und Gedächtnis, antiallergische Effekte bei Heuschnupfen und Asthma

## VERWENDETE PFLANZENTEILE

- Blatt

## ERNTZEIT

- Teil: Blatt · Monate: [3, 4, 5, 6, 7, 8, 9] · Hinweis: Frühling bis Herbst für aromatische Blätter. Frühmorgens ernten. · Mondphase: zunehmend
- Teil: Blüte · Monate: [7, 8, 9] · Hinweis: Spätsommer bis Herbst für Tee oder ätherische Öle. · Mondphase: abnehmend
- Teil: Stängel|Wurzel · Monate: [10, 11, 12] · Hinweis: Herbst/Winter nach der Hauptwachstumsphase. · Mondphase: abnehmend

## SICHERHEIT UND WECHSELWIRKUNGEN

### GIFTIGKEIT

schwach

### GEGENANZEIGEN

Nicht in größeren Mengen als für kulinarische Zwecke verwenden, wenn schwanger oder stillend

### 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.