

Islandmoos

Cetraria islandica

Parmeliaceae · Cetraria · Lecanorales · Lecanoromycetes



ÜBER DIE PFLANZE

Cetraria islandica ist ein Lichenthallus, der aufrecht und moosartig wächst. Er hat flache, gefranste Lappen von 5-10 cm Höhe mit einer hellbraun bis grauweißen Farbe, oft mit rötlichen oder schwarzen Flecken.

WIRKUNG

Expektorans, Adstringierend

ANWENDUNG

Medizinisch (zum Beispiel als Tee oder Extrakt), kulinarisch (als Stärkeersatz oder Verdickungsmittel)

ÜBERLIEFERTE HEILWIRKUNGEN

- Hustenlöser, bei Bronchitis, Halsschmerzen und Magen-Darm-Beschwerden hilfreich.

ERKENNUNGSMERKMALE

Hellbraun bis grauweiß mit rötlichen oder schwarzen Flecken. Aufrecht wachsend, moosartig, flache Lappen mit gefransten Rändern.

WUCHS

aufrecht, moosartig

STANDORT

saure Böden, Felsen, Torfmooren, verrottendes Holz

VERWENDETE PFLANZENTEILE

- Thallus

ZUBEREITUNG

- Tee
- Extrakt

ERNTENZEIT

- Teil: Gesamtpflanze · Monate: [5, 6, 7, 8, 9, 10] · Hinweis: Frühling bis Herbst (Mai-Oktober), besonders nach Regenfällen, wenn der Lichen hydratisiert ist. · Mondphase: zunehmend|abnehmend

SAMMELN

- Monate: [5, 6, 7, 8, 9, 10] · Hinweis: Vorsichtig mit den Fingern oder einem Messer abtrennen, nicht ausreißen. Maximal 10-20% der Population pro Fläche sammeln. · Bedingungen: nach Regenfällen, wenn der Thallus (Lappen) saftig und hellbraun bis grau-weiß ist · Pflanzenteil: Thallus · Reifezustand: reif

INHALTSSTOFFE

- Lichenin (Polysaccharid)
- Cetrarsäure
- Fumarsäure
- Cetrarin

ÄTHERISCHE ÖLE

- ursolic acid

•

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-pice-ne-4a-carboxylic acid

IN DER KÜCHE

als Stärkeersatz oder Verdickungsmittel verwendet

SICHERHEIT UND WECHSELWIRKUNGEN

GIFTIGKEIT

schwach

VERGIFTUNGSZEICHEN

Übelkeit, Durchfall in hohen Dosen

NEBENWIRKUNGEN

in hohen Dosen können Verdauungsbeschwerden auftreten

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.

QUELLEN

- Typ: wikipedia_de · Url: <https://de.wikipedia.org/wiki/Islandmoos> · Titel: Islandmoos
- Typ: wikipedia_de · Url: <https://de.wikipedia.org/wiki/Islandmuschel> · Titel: Islandmuschel
- Typ: wikipedia_en · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Cetraria_islandica · Titel: Cetraria islandica
- Typ: pfaf · Url: https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Cetraria_islandica · Titel: PFAF — Cetraria islandica
- Typ: lotus · Url: <https://lotus.naturalproducts.net/search/simple/Cetraria%20islandica> · Titel: LOTUS

— Cetraria islandica

- Typ: web · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Cetraria_islandica · Titel: Cetrariaislandica- Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://ask-ayurveda.com/wiki/article/3994-cetraria-islandica> · Titel: Cetrariaislandica- Ayurvedic Uses, Benefits & Traditional Medicine
- Typ: web · Url: <https://encyclopedia2.thefreedictionary.com/Cetraria+islandica> · Titel: Cetrariaislandica| Article about Cetrariaislandica by The Free...
- Typ: web · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Cetraria_islandica · Titel: Cetrariaislandica- Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Cetraria+islandica> · Titel: Cetrariaislandica Iceland Moss, Island cetrarialichen, Oriental...
- Typ: web · Url: <https://ask-ayurveda.com/wiki/article/3994-cetraria-islandica> · Titel: Cetrariaislandica- Ayurvedic Uses, Benefits & Traditional Medicine