

Japanischer Strahlengriffel

Actinidia polygama

Actinidiaceae · Actinidia · Ericales · Magnoliopsida



ÜBER DIE PFLANZE

Frostharte, laubwerfende Kletterpflanze (5-6 m hoch).

ÜBERLIEFERTE HEILWIRKUNGEN

• Herz/Kreislauf: Bluthochdruck, Herzinsuffizienz, Schlaganfallprävention; Gelenke/Entzündungen: Rheuma, Arthritis, Blasenentzündung; Leber/Nieren: Cholesterinsenkung, Leberprotektion, Niereninsuffizienz; Krebs: Experimentelle Studien zur Krebsbehandlung

ERKENNUNGSMERKMALE

Weißes, solides Mark in verholzten Teilen

WUCHS

Kletterpflanze

BLÜTEZEIT

• Juni-Juli

STANDORT

Feuchte, wasserdurchlässige Böden; halbschattig bis sonnig

HERKUNFT

- Japan
- China
- Korea
- Ostsibirien

VERWENDETE PFLANZENTEILE

- Früchte
- Blätter/Knospen
- Ranken

ZUBEREITUNG

- Roh
- gesalzen
- gebraten

- Fermentiert zu Miso oder Fruchtwein (*Matatabi-Sake*); Blätter/Knospen gedämpft zu Tee (mit Minze/Zucker)

ERNTZEIT

- Teil: Frucht · Monate: [9, 10] · Hinweis: ... · Mondphase: abnehmend
- Teil: Blatt|Knospe · Monate: [3, 4, 5, 8] · Hinweis: ... · Mondphase: zunehmend
- Teil: Stängel (für Bad) · Monate: [9, 10, 11] · Hinweis: ...

SAMMELN

- Monate: [9, 10] · Hinweis: Handpflücken, vorsichtig abschneiden. Frische Lagerung oder einfrieren. · Tageszeit: morgens · Bedingungen: Trockenes Wetter · Pflanzenteil: Frucht · Reifezustand: reif
- Monate: [5, 9] · Hinweis: Sofort trocknen (schattig, luftig) oder frisch verwenden. · Bedingungen: Vorsichtig abreißen oder abschneiden. · Pflanzenteil: Blatt
- Monate: [6, 7] · Bedingungen: Handpflücken bei trockenem Wetter. · Pflanzenteil: Blüte

INHALTSSTOFFE

- citric acid
- oxalic acid
- (+)-glucose
- sucrose
- (3r,5r)-1,3,4,5-tetrahydroxycyclohexane-1-carboxylic acid
- malic acid
- keto-d-fructose
- quinic acid
- glucose
- vitamin c
- d-fructopyranose
- actinidine
- ursolic acid
- asiatic acid
- corosolic acid
- asiatic acid
- (3s,3ar,6as)-3,6,6a-trimethyl-3h,3ah,4h-cyclopenta[b]furan-2-one
- (4r,4ar,7s,7as)-4,7-dimethyl-hexahydro-3h-cyclopenta[c]pyran-1-one
- (+/-)-dihydroactinidiolide
- (5r)-2-methyl-5-[(2s)-1-oxopropan-2-yl]cyclopent-1-ene-1-carbaldehyde
- 3,6,6a-trimethyl-3h,3ah,4h-cyclopenta[b]furan-2-one
- (2s)-2-[(1r)-2-(hydroxymethyl)-3-methylcyclopent-2-en-1-yl]propan-1-ol
- (4s,4ar,7s,7as)-4,7-dimethyl-hexahydro-3h-cyclopenta[c]pyran-1-one
- 4,7-dimethyl-1h,4h,4ah,5h,6h-cyclopenta[c]pyran-3-one
- 4,7-dimethyl-3h,4h,4ah,5h,6h-cyclopenta[c]pyran-1-one
- (3r,3ar,6as)-3,6,6a-trimethyl-3h,3ah,4h-cyclopenta[b]furan-2-one
- (4r,4as,7s,7as)-4,7-dimethyl-hexahydro-1h-cyclopenta[c]pyran-3-one
- 2-methyl-5-(1-oxopropan-2-yl)cyclopent-1-ene-1-carbaldehyde
- 4,7-dimethyl-hexahydro-3h-cyclopenta[c]pyran-1-one
- (5s)-2-methyl-5-[(2r)-1-oxopropan-2-yl]cyclopent-1-ene-1-carbaldehyde

ÄTHERISCHE ÖLE

- 10,11-dihydroxy-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
- 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

10,11-dihydroxy-9-(hydroxymethyl)-1,6a,6b,9,12a-pentamethyl-2-methylidene-1,3,4,5,6,7,8,8a,10,11,12,
12b,13,14b-tetradecahydronicene-4a-carboxylic acid

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

- asiatic acid
- corosolic acid
- asiatic acid

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

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

- (3s,3ar,6as)-3,6,6a-trimethyl-3h,3ah,4h-cyclopenta[b]furan-2-one
- (4r,4ar,7s,7as)-4,7-dimethyl-hexahydro-3h-cyclopenta[c]pyran-1-one
- (5r)-2-methyl-5-[(2s)-1-oxopropan-2-yl]cyclopent-1-ene-1-carbaldehyde
- 3,6,6a-trimethyl-3h,3ah,4h-cyclopenta[b]furan-2-one

10-(acetyloxy)-1,2,6a,6b,9,9,12a-heptamethyl-2,3,4,5,6,7,8,8a,10,11,12,12b,13,14b-tetradecahydro-1h-p
icene-4a-carboxylic acid

SICHERHEIT UND WECHSELWIRKUNGEN

GIFTIGKEIT

schwach

WECHSELWIRKUNGEN

• Typ:
verstärkt|hemmt|neutral|giftig_kombination|traditionelle_kombination|NIE_kombinieren|wirkung_aufge
hoben · Hinweis: Vorsicht bei gleichzeitiger Einnahme von blutdrucksenkenden Medikamenten, da eine
verstärkte Wirkung möglich ist. · Pflanze latein: Actinidia polygama · Pflanze deutsch: Japanischer
Silberwein (Strahlengriffel)

• Typ:
verstärkt|hemmt|neutral|giftig_kombination|traditionelle_kombination|NIE_kombinieren|wirkung_aufge
hoben · Hinweis: Mögliche Wechselwirkung mit NSAR (z. B. Ibuprofen, Aspirin), falls der Strahlengriffel
gerinnungshemmende oder blutverdünnende Effekte hat. · Pflanze latein: Actinidia polygama · Pflanze
deutsch: Japanischer Silberwein (Strahlengriffel)

• Typ:
verstärkt|hemmt|neutral|giftig_kombination|traditionelle_kombination|NIE_kombinieren|wirkung_aufge
hoben · Hinweis: Vorsicht bei gleichzeitiger Einnahme von Leber- oder Nierengiftigen Substanzen (z. B.
bestimmte Schmerzmittel, Chemotherapeutika). · Pflanze latein: Actinidia polygama · Pflanze deutsch:
Japanischer Silberwein (Strahlengriffel)

• Typ:
verstärkt|hemmt|neutral|giftig_kombination|traditionelle_kombination|NIE_kombinieren|wirkung_aufge
hoben · Hinweis: Theoretische Wechselwirkung mit blutzuckersenkenden Medikamenten (z. B.
Metformin), falls der Strahlengriffel insulinähnliche Effekte hat. · Pflanze latein: Actinidia polygama ·
Pflanze deutsch: Japanischer Silberwein (Strahlengriffel)

• Typ:
verstärkt|hemmt|neutral|giftig_kombination|traditionelle_kombination|NIE_kombinieren|wirkung_aufgehoben · Hinweis: Kombination mit Alkohol könnte die sedierende Wirkung verstärken, falls Matatabi beruhigende oder schlaffördernde Effekte hat. · Pflanze latein: Actinidia polygama · Pflanze deutsch: Japanischer Silberwein (Strahlengriffel)

• Typ:
verstärkt|hemmt|neutral|giftig_kombination|traditionelle_kombination|NIE_kombinieren|wirkung_aufgehoben · Hinweis: Kombination mit Ginseng könnte die blutdrucksenkende Wirkung verstärken. · Pflanze latein: Actinidia polygama · Pflanze deutsch: Japanischer Silberwein (Strahlengriffel)

• Typ:
verstärkt|hemmt|neutral|giftig_kombination|traditionelle_kombination|NIE_kombinieren|wirkung_aufgehoben · Hinweis: Ginkgo könnte die blutverdünnende Wirkung verstärken, falls Matatabi blutverdünnende Effekte hat (nicht belegt). · Pflanze latein: Actinidia polygama · Pflanze deutsch: Japanischer Silberwein (Strahlengriffel)

• Typ:
verstärkt|hemmt|neutral|giftig_kombination|traditionelle_kombination|NIE_kombinieren|wirkung_aufgehoben · Hinweis: Echinacea könnte bei gleichzeitiger Einnahme bei Erkältungen die immunmodulierende Wirkung verstärken, aber auch Nebenwirkungen wie Übelkeit möglich sein. · Pflanze latein: Actinidia polygama · Pflanze deutsch: Japanischer Silberwein (Strahlengriffel)

• Typ:
verstärkt|hemmt|neutral|giftig_kombination|traditionelle_kombination|NIE_kombinieren|wirkung_aufgehoben · Hinweis: Kombination mit Magnesium oder Kalium könnte den Elektrolythaushalt beeinflusst werden, besonders bei gleichzeitiger Einnahme von Diuretika. · Pflanze latein: Actinidia polygama · Pflanze deutsch: Japanischer Silberwein (Strahlengriffel)

• Typ:
verstärkt|hemmt|neutral|giftig_kombination|traditionelle_kombination|NIE_kombinieren|wirkung_aufgehoben · Hinweis: Vorsicht bei gleichzeitiger Einnahme von Beruhigungsmitteln, da die beruhigende Wirkung von Matatabi die Wirkung der Medikamente abschwächen könnte. · Pflanze latein: Actinidia polygama · Pflanze deutsch: Japanischer Silberwein (Strahlengriffel)

QUELLEN

- Typ: wikipedia_de · Url: https://de.wikipedia.org/wiki/Japanischer_Strahlengriffel · Titel: Japanischer Strahlengriffel
- Typ: wikipedia_en · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Actinidia_polygama · Titel: Actinidia polygama
- Typ: wikipedia_en · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Actinidia_polygama · Titel: Actinidia polygama
- Typ: pfaf · Url: https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Actinidia_polygama · Titel: PFAF — Actinidia polygama
- Typ: lotus · Url: <https://lotus.naturalproducts.net/search/simple/Actinidia%20polygama> · Titel: LOTUS — Actinidia polygama
- Typ: web · Url: https://de.wikipedia.org/wiki/Japanischer_Strahlengriffel · Titel: Japanischer Strahlengriffel – Wikipedia
- Typ: web · Url: https://de.wikipedia.org/wiki/Scharfzahniger_Strahlengriffel · Titel: Scharfzahniger Strahlengriffel – Wikipedia
- Typ: web · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Actinidia_polygama · Titel: Actinidiapolygama- Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://gwern.net/doc/cat/psychology/drug/catnip/1968-hayashi.pdf> · Titel: Extracts from the PlantActinidiapobgumu
- Typ: web · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Actinidia_polygama · Titel: Actinidia polygama - Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0378874123010929> · Titel: The genus Actinidia Lindl. (Actinidiaceae): A comprehensive review on its ethnobotany, phytochemistry, and pharmacological properties - ScienceDirect

-
- Typ: web · Url: https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-642-58833-4_1 · Titel: Actinidia polygama (Japanese name Matatabi): In Vitro Culture, Micropropagation, and the Production of Monoterpenes and Triterpenoids | Springer Nature Link
 - Typ: web · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Actinidia_polygama · Titel: Actinidia polygama - Wikipedia
 - Typ: web · Url: [https://www.tcmwindow.com/herbsDictionary/Actinidia-polygama-\(Gezaomihoutao\).shtml](https://www.tcmwindow.com/herbsDictionary/Actinidia-polygama-(Gezaomihoutao).shtml) · Titel: Chinese herbal treatment for Arthritic pain, Actinidia polygama
 - Typ: web · Url: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10600-025-04818-9> · Titel: Chemical Constituents from the Branches of Actinidia polygama ...
 - Typ: web · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Actinidia_polygama · Titel: Actinidiapolygama- Wikipedia