

Späte Betonie

Betonica serotina

Lamiaceae · Betonica · Lamiales · Magnoliopsida

ÜBER DIE PFLANZE

Ausdauernde Pflanze mit vierkantigen Stängeln, breiten gezähnten Blättern und purpurnen bis lavendelfarbenen Blüten in wirtelförmigen Scheinquirlen.

WIRKUNG

Historisch verwendet bei Husten, Verdauungsproblemen, mildes Beruhigungsmittel.

ANWENDUNG

Kräutertees und Tinkturen

VOLKSMEDIZIN IM DEUTSCHSPRACHIGEN RAUM

Behandlung von Lungenerkrankungen und Nervenschwäche

ÜBERLIEFERTE HEILWIRKUNGEN

- Verwendet bei Kopfschmerzen, Verdauungsbeschwerden, Harnwegsproblemen; enthält Verbindungen mit entzündungshemmenden, antioxidativen und antimikrobiellen Eigenschaften.

ÜBERLIEFERTES WISSEN

Verwendet in Kräutertees und Tinkturen; dem Volksglauben nach kann sie Krankheiten abwehren.

ERKENNUNGSMERKMALE

Vierkantige Stängel, breite gezähnte Blätter, purpurne bis lavendelfarbene Blüten in wirtelartigen Scheinquirlen.

WUCHS

Rhizomatous, patch-forming

BLÜTEZEIT

- Hochsommer von Juli bis September

STANDORT

Moorwiesen, mageren Bergwiesen, Heiden, lichte Wälder und Waldrändern

HERKUNFT

Heimisch in Italien und auf der nordwestlichen Balkanhalbinsel

VERWENDETE PFLANZENTEILE

- Oberirdische Teile und Wurzeln

ZUBEREITUNG

- Aufguss
- Tinktur

ERNTENZEIT

- Teil: aerial parts · Monate: [7, 8, 9] · Hinweis: July to September · Bedingungen: traditionally associated with midsummer

SAMMELN

- Monate: [7, 8] · Hinweis: Die Pflanze wird ca. 10 cm über dem Erdboden abschneidet, zu Bündeln gebunden und an einem luftigen Ort getrocknet, der möglichst schattig sein sollte. · Tageszeit: morgens|nach Tau · Bedingungen: Trockene Wetterbedingungen bevorzugt · Pflanzenteil: Aerial parts|Blütezeit · Reifezustand: vor Reife|reif

- Hinweis: Handschuhe empfohlen · Tageszeit: morgens|abends|nach Tau · Bedingungen: Trockene

Wetterbedingungen bevorzugt · Pflanzenteil: Blüte · Reifezustand: reif|nach Frost

TROCKNUNG

10 cm über dem Erdboden abschneiden und trocknen

INHALTSSTOFFE

• Phenylethanoidglykoside (Betonyoside A-F), Acetosid, Campneoside II, Forsythosid B, Leucosceptosid B; Diterpenglykoside Betonicoside A-D und das Diterpen Betonicolid

SICHERHEIT UND WECHSELWIRKUNGEN

GIFTIGKEIT

schwach

GEGENANZEIGEN

bei bekannter Überempfindlichkeit gegenüber Lippenblütlern nicht anwenden, zu vermeiden in Schwangerschafts- und Stillungszeiten

WECHSELWIRKUNGEN

• Typ: NIE_kombinieren · Hinweis: Sollte bei Allergien zu Pflanzen in der Lamiaceae-Familie vermieden werden. · Pflanze latein: *Betonica officinalis* · Pflanze deutsch: Echte Betonie
• Typ: NIE_kombinieren · Hinweis: Sollte nicht mit *Cymbalta* kombiniert werden. · Pflanze latein: *Hypericum perforatum* · Pflanze deutsch: St. John's Wort
• Typ: synergistisch · Hinweis: Kombiniert gut mit anderen aromatischen Nervenkräutern wie Lavendel, Zitronenmelisse und Kamille. · Pflanze latein: *Betonica serotina* · Pflanze deutsch: Späte Betonie (Wood Betony)

QUELLEN

• Typ: web · Url: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK501859/> · Titel: Betony - Drugs and Lactation Database (LactMed®) - NCBI Bookshelf
Stachys betonica Monograph - perfectherbs.ca
Strange & Lovely: Wood Betony Plant Profile — Worts & Cuning ...
Betony: Health Benefits, Side Effects, Uses, Dose & Precautions
• Typ: web · Url: https://de.wikipedia.org/wiki/Echte_Betonie · Titel: EchteBetonie- Wikipedia
• Typ: web · Url: <https://homersherbs.com/mm/betony-stachys-officinalis-syn-stachys-betonica/> · Titel: Betony (Stachys officinalis syn. Stachys betonica) - Herbal ...
• Typ: web · Url: <https://herbs.artemis-temple.com/monographs/betonica-officinalis/> · Titel: Betonica officinalis – Artemis Herbal Remedies Database
• Typ: web · Url: https://www.awl.ch/heilpflanzen/stachys_officinalis/betonie.htm · Titel: Betonie(Stachys officinalis) – Wirkung | AWL.ch
• Typ: web · Url: <https://www.kraeuter-verzeichnis.de/kraeuter/betonie-neu.htm> · Titel: Betonie-Betonientee | Heilkräuter Verzeichnis
• Typ: web · Url: <https://eclecticschoolofherbalmedicine.com/wood-betony-monograph/> · Titel: Wood Betony Monograph - Eclectic School of Herbal Medicine
• Typ: web · Url: <https://www.herbalreality.com/herb/betony/> · Titel: Betony (Betonica officinalis): Uses, Benefits, Safety | Herbal Reality
• Typ: web · Url: https://medlexi.de/Echte_Betonie · Titel: EchteBetonie- Vorkommen, Inhaltsstoffe & Medizinische... | MedLexi.de
• Typ: web · Url: https://gesundpedia.de/Echte_Betonie · Titel: EchteBetonie- Verwendung & Nutzen für Gesundheit | Gesundpedia.de
• Typ: web · Url: https://de.wikipedia.org/wiki/Späte_Betonie · Titel: Späte Betonie – Wikipedia
• Typ: web · Url: <https://de.wikipedia.org/wiki/Klostermedizin> · Titel: Klostermedizin- Wikipedia
• Typ: web · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Betonica_officinalis · Titel: Betonica officinalis - Wikipedia

- Typ: web · Url: https://de.wikipedia.org/wiki/Echte_Betonie · Titel: Echte Betonie – Wikipedia
- Typ: web · Url: https://species.wikimedia.org/wiki/Betonica_officinalis_var._serotina · Titel: *Betonica officinalis* var. *serotina* - Wikispecies - Wikimedia
- Typ: gbif · Url: [https://www.gbif.org/species/search?q=Betonica serotina](https://www.gbif.org/species/search?q=Betonica+serotina) · Titel: GBIF — *Betonica serotina*
- Typ: web · Url: <https://de.wikipedia.org/wiki/Betonien> · Titel: Betonien – Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://www.gruenes-archiv.de/betonie-pflanzen-wirkung-kultur-und-arten/> · Titel: Betoniepflanzen - Wirkung, Kultur und Arten | Das Grüne Archiv
- Typ: web · Url: <https://www.vitaes.de/betonie-ziest-wirkung-anwendung-wirkstoffe-der-pflanze/> · Titel: Altes Heilkraut neu entdeckt: *Betonie* (Ziest) für moderne Gesundheit
- Typ: web · Url: https://ru.wikipedia.org/wiki/Буквица_лекарственная · Titel: Буквица лекарственная — Википедия
- Typ: web · Url: https://dryades.units.it/floritaly/index.php?procedure=taxon_page&tipo=all&id=4518 · Titel: *Betonica officinalis* L. - Portale della Flora d'Italia / Portal to the Flor...
- Typ: web · Url: <https://powo.science.kew.org/taxon/urn:lsid:ipni.org:names:77188739-1> · Titel: *Betonica officinalis* var. *serotina* (Host) Nyman | Kew Science
- Typ: web · Url: <https://de.wikipedia.org/wiki/Betonien> · Titel: Betonien – Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://www.inaturalist.org/taxa/906119-Betonica-officinalis-serotina> · Titel: *Betonica officinalis* serotina is a variety of plants with 6 observations
- Typ: web · Url: https://medlexi.de/Echte_Betonie · Titel: Echte *Betonie*- Vorkommen, Inhaltsstoffe & Medizinische... | MedLexi.de
- Typ: web · Url: <https://www.heilpraxisnet.de/heilpflanzen/betonie/> · Titel: *Betonie* (*Stachys officinalis*) - Inhaltsstoffe, Wirkung und Anwendung
- Typ: web · Url: https://de.wikipedia.org/wiki/Echte_Betonie · Titel: Echte *Betonie*– Wikipedia
- Typ: web · Url: https://www.pflanzen-deutschland.de/Betonica_officinalis.html · Titel: Heil-Ziest · Pflanzen in Deutschland
- Typ: web · Url: <https://www.wildfind.com/pflanzen/echte-betonie> · Titel: Echte *Betonie*— Wildpflanze | Wildfind
- Typ: medizin_tradition · Url: <https://www.scribd.com/document/323368303/Slavic-Magic> · Titel: Osteuropäisch — *Betonica serotina*