

Süßdolde

Myrrhis odorata

Apiaceae · Myrrhis · Apiales · Magnoliopsida



ÜBER DIE PFLANZE

Krautige Pflanze, Wuchshöhe 60–200 cm, Stängel hohl und gerifft, Laubblätter wechselständig, Blattspreite dreieckig, zwei- bis dreifach gefiedert.

WIRKUNG

Magengeschwüre, Verdauungsbeschwerden, Appetitsteigerung

ÜBERLIEFERTE HEILWIRKUNGEN

- Entschädigung von Verdauungsproblemen (Beeinträchtigungen der Verdauung, Gas, Magen-Darm-Belastung); Appetitsteigerung

TRADITIONELLE CHINESISCHE MEDIZIN

Magen-darm unterstützung, beruhigung, entspannung: ja

AYURVEDA

Freitext: Blätter, Samen, Wurzelstock verwendet; traditionelles Heilmittel für Verdauungsprobleme und Appetitsteigerung

ÜBERLIEFERTES WISSEN

Seit dem 14. Jahrhundert verwendet; mittelalterliche Kräuterhandschriften listen es als Süßmittel und Verdauungsunterstützung auf; von John Gerard, Nicholas Culpeper empfohlen

SIGNATURENLEHRE

Die signaturetheorie besagt, dass Pflanzen Merkmale haben, die ihre medizinischen Verwendung

anzeigen. Zum Beispiel könnte die süße und aromatische Natur der Süßdolde auf eine mögliche Verwendung bei Verdauungsproblemen oder Atemwegserkrankungen hinweisen.

ERKENNUNGSMERKMALE

Fernähnliche, tripinnierte Blätter; glatte, verzweigte Stiele mit weißen Blüten; gerippte Samenkapseln

WUCHS

Mehrkjährige, sommergrüne Staude

STANDORT

gefärbte Heckenstreifen in Europa

HERKUNFT

Alpen, Pyrenäen, Apenninen, Balkanhalbinsel und Kaukasusraum

VERWENDETE PFLANZENTEILE

- Blätter, Samen, Wurzelstock

ERNTZEIT

- Teil: Blätter vor Blütezeit für höhere Anetholgehalt; Samen im Spätsommer zur Konzentration von Myrrhis Ketone

SAMMELN

Pflanzenteile: Samen

INHALTSSTOFFE

- Anethol (50–70% des ätherischen Öls), Myrrhis Ketone, Monoterpenen (Fenchon, Limonen, α -Pinene), Flavonoide (Quercetin, Kaempferol), Coumarine

ÄTHERISCHE ÖLE

- Anethol
- Myrrhis Ketone

SICHERHEIT UND WECHSELWIRKUNGEN

GIFTIGKEIT

schwach

NEBENWIRKUNGEN

Kann bei einigen Individuen allergische Reaktionen verursachen

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/Süßdolde> · Titel: Süßdolde
- Typ: web · Url: <https://medlexi.de/Süßdolde> · Titel: Süßdolde - Vorkommen, Inhaltsstoffe & Medizinische Verwendung ...
- Typ: web · Url: <https://houlihealth.de/2024/07/25/die-suessdolde-ein-multitalent-in-der-naturheilkunde/> · Titel: Süßdolde: Heilpflanze für Verdauung, Husten und Entzündungen
- Typ: web · Url: <https://www.nahrung-ergaenzungsmittel.de/plant-extracts/suessdolde-extrakt> · Titel: Süßdolde-Extrakt: Wirkung, Dosierung & Sicherheit
- Typ: web · Url: <https://pfaf.org/user/plant.aspx?latinname=Myrrhis+odorata> · Titel: Myrrhisodorata Sweet Cicely, Anise PFAF Plant Database
- Typ: lotus · Url: <https://lotus.naturalproducts.net/search/simple/Myrrhis%20odorata> · Titel: LOTUS —

Myrrhis odorata

- Typ: web · Url: <https://ask-ayurveda.com/wiki/article/5131-myrrhis-odorata--cicely> · Titel: Myrrhis odorata (Cicely) – Benefits, Uses & Cultivation Guide
- Typ: web · Url: <https://ask-ayurveda.com/wiki/article/5131-myrrhis-odorata--cicely> · Titel: Myrrhis odorata (Cicely) – Benefits, Uses & Cultivation Guide
- Typ: web · Url: <https://agric4profits.com/benefits-of-sweet-cicely-myrrhis-odorata/> · Titel: 18 Medicinal Health Benefits Of Sweet Cicely (Myrrhis odorata)
- Typ: gbif · Url: [https://www.gbif.org/species/search?q=Myrrhis odorata](https://www.gbif.org/species/search?q=Myrrhis+odorata) · Titel: GBIF — Myrrhis odorata
- Typ: web · Url: <https://www.garten-wissen.com/pflanzen/suessdolde-2/> · Titel: Süßdolde(Myrrhisodorata) | Garten Wissen
- Typ: web · Url: https://www.picturethisai.com/de/care/Myrrhis_odorata.html · Titel: Wie man Süßdolde anbaut und pflegt
- Typ: web · Url: <https://www.plantura.garden/kraeuter/suessdolde/suessdolde-pflanzenportrait> · Titel: Süßdolde: Standort, Pflege & Verwendung - Plantura