

Tee (Pflanze)

Camellia sinensis

Theaceae · Camellia

ÜBER DIE PFLANZE

Camellia sinensis wird verwendet, um verschiedene Arten von Tee zu produzieren.

WIRKUNG

anregend, Bakterienhemmende Wirkung; niedriger Coffeingehalt, hoher Polyphenolgehalt

ÜBERLIEFERTE HEILWIRKUNGEN

- Schwarzer Tee: anregende Wirkung, Bakterienhemmend, Durchfall und Magenreiz; Grüner Tee: niedriger Coffeingehalt, höherer Polyphenolgehalt

ÜBERLIEFERTES WISSEN

Tausendjährige Geschichte, Verwendung bis in die Antike zurückreichend

ERKENNUNGSMERKMALE

Lederartige Blätter, glänzend grün auf der Oberseite und graugrün mit Behaarung auf der Unterseite. Breite Zähne am Rand.

WUCHS

Sträucher oder kleines Baumwerk

VERWENDETE PFLANZENTEILE

- Blätter, Knospen, Stängel

ERNTENZEIT

- Teil: Blüte · Monate: [10, 11, 12]
- Teil: Fruchtknoten · Monate: [8, 9, 10]

SAMMELN

- Pflanzenteil: Blüte · Reifezustand: reif
- Hinweis: Terminal sprouts with 2-3 leaves are usually hand-picked. · Pflanzenteil: Blatt · Reifezustand: vor Reife|reif
- Monate: [7, 8] · Pflanzenteil: Frucht · Reifezustand: reif

INHALTSSTOFFE

- Methylxanthine (Coffein, Theophyllin, Theobromin)
- Catechine (Theaflavine, Thearubigine)
- Flavanole
- Kämpferol und Myricetin
- Oligomere Proanthocyanidine
- Theanin

SICHERHEIT UND WECHSELWIRKUNGEN

GIFTIGKEIT

schwach

VERGIFTUNGSZEICHEN

Unruhe, Irritationen, Schlaflosigkeit, Herzklopfen, Durchfall

NEBENWIRKUNGEN

- Herzkrankheit
- erhöhte Schilddrüsenaktivität

- Mögliche Hepatitis von Produkten mit hohen Dosen von grünem Teeextrakt

GEGENANZEIGEN

- Pflegebedürftige Patienten mit Herzkrankheit oder erhöhter Schilddrüsengeschwindigkeit
- Schwangeren nicht mehr als 300 mg pro Tag (5 Tassen)

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.