

Zahnbürstenbaum

Salvadora persica

Salvadoraceae · Salvadora · Brassicales · Magnoliopsida



ÜBER DIE PFLANZE

Immergrüner Strauch oder kleiner Baum (2–7 m hoch). Blätter sind gegenständig, fleischig und ledrig, elliptisch bis rundlich (1,4–10,5 cm lang, 1,2–7,5 cm breit). Blattstiel: 0,3–1,3 cm lang. Blüten sind klein, zwittrig, duftend, grünlich-weiß und in traubigen Blütenständen. Frucht ist eine erbsenförmige, fleischige Steinfrucht (1 cm Durchmesser), rot oder dunkelviolett.

WIRKUNG

Reinigt Zähne, massiert Zahnfleisch, wirkt antibakteriell und entzündungshemmend.

ANWENDUNG

Zahnpflege, Mundspülungen, externe Anwendung bei Hautverletzungen.

ÜBERLIEFERTE HEILWIRKUNGEN

- Antibakteriell
- Entzündungshemmend
- Antioxidativ
- Diuretisch
- Wundheilung

AYURVEDA

Freitext: Wirkstoffe aus Salvadora persica enthalten in Ayurvedische Kräuterzahnpaste.

ÜBERLIEFERTES WISSEN

Miswak oder Siwak genannt, wichtig für Gebetsverrichtung im Islam; Verwendung seit dem Islam, empfohlen von Propheten und Imam.

ERKENNUNGSMERKMALE

Fleischige, ledrige Blätter; grünlich-weiße Blüten in traubigen Blütenständen; erbsenförmige Steinfrucht.

WUCHS

Strauch oder kleiner Baum

STANDORT

Sandige, trockene oder salzhaltige Böden

HERKUNFT

Asien, insbesondere Südsaudi-Arabiens Provinzen Asir und Jizan, Jemen, Indien, Iran

VERWENDETE PFLANZENTEILE

• Knospen, Wurzeln oder Zweige werden als natürliche Zahnbürste verwendet. Externe Anwendung bei Hautverletzungen.

ZUBEREITUNG

- Miswak-Stick
- Tinktur
- Kapseln/Extrakte

ERNTENZEIT

- Teil: Blätter · Monate: [3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10] · Hinweis: Frische Blätter können das ganze Jahr über geerntet werden, bevorzugt in der Wachstumsphase (meist nach Regenfällen oder im Frühling/Sommer).
- Teil: Früchte · Monate: [9, 10, 11] · Hinweis: Reife Früchte sind meist von Herbst bis Winter verfügbar.
- Teil: Rinde/Stängel (Miswak-Stöcke) · Monate: [3, 4, 5, 9, 10] · Hinweis: Ideal im Frühling oder Herbst, wenn die Pflanze aktiv wächst.
- Teil: Blüten · Monate: [3, 4, 5, 6, 7, 8] · Hinweis: Blütezeit meist im Frühling oder Sommer.

SAMMELN

- Monate: [6] · Hinweis: Junge, frische Blätter können als Salat oder in der traditionellen Medizin verwendet werden. · Bedingungen: Frühling/Herbst - jung und frische Blätter sind essbar. · Pflanzenteil: Blatt · Reifezustand: jung, frisch
- Monate: [7, 8] · Hinweis: Früchte können frisch oder getrocknet verzehrt werden. · Bedingungen: Sommer - Früchte sind reif und pfeffrig. · Pflanzenteil: Frucht · Reifezustand: rot, in Trauben
- Hinweis: Zweige und Wurzeln werden traditionell als Miswak (Zahnbürste) verwendet. · Bedingungen: Traditionell für Zahnbürsten verwendet. · Pflanzenteil: Wurzel
- Monate: [3, 4] · Hinweis: Blüten können frisch verwendet werden. · Bedingungen: Frühling - Blüten sind duftend und wirken leicht abführend. · Pflanzenteil: Blüte
- Hinweis: Holz wird traditionell als Feuerholz oder zur Herstellung von Aktivkohle verwendet. · Bedingungen: Kann für Feuerholz oder Aktivkohle genutzt werden. · Pflanzenteil: Holz

INHALTSSTOFFE

• Mineralstoffe, Rohfasern, Proteine, keimhemmende Substanzen, Ablagerungen feinsten Bassanit-Kristalle (8-22 ppm Fluorid), Trimethylamin in Blättern und Rinde, Öle und organische Säuren in Samen

ÄTHERISCHE ÖLE

- 2-(hydroxymethyl)-6-[4-(3-hydroxyprop-1-en-1-yl)-2,6-dimethoxyphenoxy]oxane-3,4,5-triol
- syringin
- caryophyllene
- thymol
- isoterpinolene

IN DER KÜCHE

junge Blätter und Knospen roh, gekocht oder als Sauce verzehrt

SICHERHEIT UND WECHSELWIRKUNGEN

GIFTIGKEIT

schwach

NEBENWIRKUNGEN

Leichte Reizungen der Mundschleimhaut (bei übermäßigem Gebrauch). Schwangerschaft/Stillzeit: Keine ausreichenden Studien; vorsichtig dosieren oder nach Rücksprache mit Arzt verwenden.

GEGENANZEIGEN

Bei bekannter Allergie gegen Gerbstoffe oder Flavonoide meiden.

HÖCHSTMENGE

250–500 mg Extrakt pro Tag

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/Zahnbürstenbaum> · Titel: Zahnbürstenbaum
- Typ: wikipedia_en · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Salvadora_persica · Titel: Salvadora persica
- Typ: wikipedia_en · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Salvadora_persica · Titel: Salvadora persica
- Typ: pfaf · Url: https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Salvadora_persica · Titel: PFAF — Salvadora persica
- Typ: lotus · Url: <https://lotus.naturalproducts.net/search/simple/Salvadora%20persica> · Titel: LOTUS — Salvadora persica
- Typ: web · Url: <https://updatepublishing.com/journal/index.php/riph/article/download/2565/2543> · Titel: Ethnobotany, Pharmacology and Chemistry of Salvadora persica ...
- Typ: web · Url: https://www.researchgate.net/publication/280056812_Ethnobotany_Pharmacology_and_Chemistry_of_Salvadora_persica_L_A_Review · Titel: Ethnobotany, Pharmacology and Chemistry of Salvadora persica ...
- Typ: web · Url: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0378874117316410> · Titel: A review of the traditional and modern uses of Salvadora ...
- Typ: web · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Salvadora_persica · Titel: Salvadorapersica- Wikipedia
- Typ: web · Url: https://www.academia.edu/100117419/Salvadora_persica_L_A_threatened_medicinal_plant_in_Arabian_Peninsula · Titel: (PDF)SalvadorapersicaL.: A threatenedmedicinalplant in Arabian...
- Typ: web · Url: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4436748/> · Titel: Areviewof the therapeutic effects ofusingmiswak (Salvadora...)
- Typ: web · Url: <https://de.wikipedia.org/wiki/Zahnbürstenbaum> · Titel: Zahnbürstenbaum- Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://www.apieceofnature.eu/products/tandborstetrae-zanthoxylum-nitidum-fro-10-stk> · Titel: Zahnbürstenbaum(Zanthoxylum nitidum) | Samen - a Piece of Nature
- Typ: web · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Salvadora_persica · Titel: Salvadora persica - Wikipedia
- Typ: web · Url: https://www.ajgreenchem.com/article_171675.html · Titel: Therapeutic Applications of Salvadora Persica Plant in Medical Sciences: A Review Article
- Typ: web · Url: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC3249923/> · Titel: Salvadora persica - PMC
- Typ: web · Url: <https://anantamayurveda.com/miswak-salvadora-persica-toothbrush-tree-for-oral-health/> · Titel: Miswak (Salvadora Persica): Toothbrush Tree for Oral Health
- Typ: web · Url: <https://www.plantmedicines.org/2020/03/Salvadorapersica.html> · Titel: Journal of Plant Medicines: Pharmacological, Therapeutic and ...
- Typ: web · Url: https://www.researchgate.net/publication/360962312_PHYTOCHEMICAL_AND_PHARMACOLOGICAL_ATTRIBUTES_OF_SALVADORA_PERSICA_WITH_SPECIAL_REFERENCE_TO_ITS_TRADITIONAL_USES-A_SYSTEMATIC_REVIEW · Titel: PHYTOCHEMICAL AND PHARMACOLOGICAL ATTRIBUTES OF SALVADORA ...