

Tinospora malabarica

Menispermaceae · Tinospora · Ranunculales · Magnoliopsida

ÜBER DIE PFLANZE

Kletterpflanze mit rissigem, grauem Stamm

WIRKUNG

Immune Unterstützung, entzündungshemmend, Gelenkgesundheit, Leberprotection, antimikrobiell, Blutzuckerregulation, Stress und Adrenalsupport

ÜBERLIEFERTE HEILWIRKUNGEN

- Fiebermanagement, potenzielle Präventivrolle gegen Viren einschließlich Coronavirus

AYURVEDA

Amrita valli, rasayana: ja

ÜBERLIEFERTES WISSEN

Verwendet in Ayurveda als Rasayana (Rejuvenative), Teil traditioneller Medizinpraktiken wie TCM und Ayurveda

ERKENNUNGSMERKMALE

Herzförmige Blätter, korkiger grauer Stamm

WUCHS

Klettergewächs

HERKUNFT

Süd- und Südostasien

VERWENDETE PFLANZENTEILE

- Stiele, Blätter

ERNTEZEIT

- Teil: Juni bis Juli (Stiele)

SAMMELN

- Hinweis: Handschuhe anziehen · Mondphase: niedrige Mondphase empfohlen · Tageszeit: morgens|abends|nach Tau · Bedingungen: Trocken, kein Regen · Pflanzenteil: Stämme · Reifezustand: vor Reife|reif|überreif
- Hinweis: Sorgfältige Handlese um Schäden zu vermeiden · Bedingungen: Trocken, kein Regen · Pflanzenteil: Blätter · Reifezustand: vor Reife|reif
- Bedingungen: Trocken, kein Regen · Pflanzenteil: Wurzeln · Reifezustand: vor Reife|reif|überreif
- Pflanzenteil: Aerial parts (leaves and flowers)
- Bedingungen: Trocken, kein Regen · Pflanzenteil: Blüte
- Pflanzenteil: Sporen|Rinde|Frucht|Zweig|Gesamtpflanze

TROCKNUNG

im Sonnenschein

INHALTSSTOFFE

• Berberine, Magnoflorine, Palmatine, Tinospinoside, Lignane (z.B. Sesamin), Chalcones, Colensane and Clerodane diterpenoids, Cycloartane triterpenoids, Flavones, Quinoline alkaloids

ÄTHERISCHE ÖLE

- 2-(furan-3-yl)-10-hydroxy-10b-methyl-decahydronaphtho[2,1-c]pyran-4,7-dione
-

(1s,2r,4r,7s,9r,12s,14r,17r)-4-(furan-3-yl)-2,17-dimethyl-5,10,13-trioxapentacyclo[7.7.1.0^{2,7}.0^{12,14}.0^{12,17}]heptadecane-6,11-dione

•
5-(furan-3-yl)-2,12-dihydroxy-3,11-dimethyl-6,14-dioxatetracyclo[10.2.2.0^{2,11}.0^{3,8}]hexadec-15-ene-7,13-dione

• 15-(5,6-dimethylhept-1-en-2-yl)-7,12,16-trimethylpentacyclo[9.7.0.0^{1,3}.0^{3,8}.0^{12,16}]octadecan-6-ol

•
(2r,4ar,6ar,7s,9r,10s,10as,10br)-2-(furan-3-yl)-4a,7,9,10-tetrahydroxy-10b-methyl-decahydronaphtho[2,1-c]pyran-4-one

• 2-(furan-3-yl)-4a,7,9,10-tetrahydroxy-10b-methyl-decahydronaphtho[2,1-c]pyran-4-one

•
(2r,7s,9r,10s,10as)-2-(furan-3-yl)-4a,7,9,10-tetrahydroxy-10b-methyl-decahydronaphtho[2,1-c]pyran-4-one

•
4-(furan-3-yl)-12-hydroxy-2,16-dimethyl-13-(methyldisulfanyl)-5,10-dioxatetracyclo[7.6.1.0^{2,7}.0^{12,16}]hexadecane-6,11-dione

•
(2r,4as,6ar,10r,10as,10br)-2-(furan-3-yl)-10-hydroxy-10b-methyl-decahydronaphtho[2,1-c]pyran-4,7-dione

•
(1r,2r,4r,7s,9s,12s,13r,16r)-4-(furan-3-yl)-12-hydroxy-2,16-dimethyl-13-(methyldisulfanyl)-5,10-dioxatetracyclo[7.6.1.0^{2,7}.0^{12,16}]hexadecane-6,11-dione

•
(1r,2r,3r,5s,8r,11r,12r)-5-(furan-3-yl)-2,12-dihydroxy-3,11-dimethyl-6,14-dioxatetracyclo[10.2.2.0^{2,11}.0^{3,8}]hexadec-15-ene-7,13-dione

SICHERHEIT UND WECHSELWIRKUNGEN

NEBENWIRKUNGEN

Kann zu Konstipation oder niedrigem Blutzuckerspiegel führen

GEGENANZEIGEN

Vorsicht bei Diabetes und Schwangerschaft

WECHSELWIRKUNGEN

- Typ: synergistisch · Hinweis: Kombiniert gut mit Black Pepper und Ginger in der Tradition von Ayurveda für Arthritis. · Pflanze latein: *Tinospora malabarica*
- Typ: NIE_kombinieren · Hinweis: NIEMALS zusammen nehmen mit *T. cordifolia* (Giloy) da sie ähnliche Eigenschaften haben. · Pflanze latein: *Tinospora malabarica*
- Typ: NIE_kombinieren · Hinweis: Sollte NICHT mit anderen Pflanzen kombiniert werden, deren Wirkung aufhebt oder hemmt. · Pflanze latein: *Tinospora malabarica*

QUELLEN

- Typ: pfaf · Url: [https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Tinospora malabarica](https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Tinospora%20malabarica) · Titel: PFAF — *Tinospora malabarica*
- Typ: web · Url: <https://www.drugs.com/npp/tinospora.html> · Titel: TinosporaUses, Benefits & Dosage
- Typ: web · Url: https://www.researchgate.net/publication/331950785_Indian_Tinospora_species_natural_immunomodulators_and_therapeutic_agents · Titel: (PDF) Indian *Tinospora* species: natural immunomodulators and...
- Typ: web · Url: <https://ask-ayurveda.com/wiki/article/6029-tinospora-malabarica> · Titel: *Tinosporamalabarica*- Uses, Benefits & Ayurvedic Significance
- Typ: web · Url: <https://www.drugs.com/npp/tinospora.html> · Titel: TinosporaUses, Benefits & Dosage

- Typ: web · Url: <https://www.planetayurveda.com/library/guduchi-giloy-tinospora-cordifolia/> · Titel: Guduchi, Giloy (Tinospora Cordifolia) - Uses, Benefits and Dosage
- Typ: web · Url: <https://ijpjournal.com/bft-article/exploring-the-therapeutic-marvels-of-tinospora-cordifolia/?view=fulltext> · Titel: Exploring the therapeutic marvels of tinosporacordifolia | international...
- Typ: web · Url: <https://www.drugs.com/npp/tinospora.html> · Titel: Tinospora Uses, Benefits & Dosage
- Typ: web · Url: <https://ask-ayurveda.com/wiki/article/6029-tinospora-malabarica> · Titel: Tinosporamalabarica- Uses, Benefits & Ayurvedic Significance
- Typ: web · Url: <https://www.easyayurveda.com/guduchi-giloy-ayurvedic-details-benefits-usage-dose-formulations/> · Titel: Guduchi – Giloy Uses, Dose, Research, Side Effects
- Typ: web · Url: <https://www.drugs.com/npp/tinospora.html> · Titel: Tinospora Uses, Benefits & Dosage
- Typ: web · Url: https://www.researchgate.net/publication/331950785_Indian_Tinospora_species_natural_immunomodulators_and_therapeutic_agents · Titel: (PDF) Indian Tinospora species: natural immunomodulators and...
- Typ: web · Url: <https://ask-ayurveda.com/wiki/article/6029-tinospora-malabarica> · Titel: Tinosporamalabarica- Uses, Benefits & Ayurvedic Significance
- Typ: web · Url: <https://www.drugs.com/npp/tinospora.html> · Titel: Tinospora Uses, Benefits & Dosage
- Typ: lotus · Url: <https://lotus.naturalproducts.net/search/simple/Tinospora%20malabarica> · Titel: LOTUS — Tinospora malabarica
- Typ: web · Url: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5018348/> · Titel: Genus Tinospora: Ethnopharmacology, Phytochemistry, and...
- Typ: web · Url: <https://phytochem.nal.usda.gov/ethnobotanical-plant-tinospora-malabarica> · Titel: Ethnobotanical Plant Tinosporamalabarica
- Typ: web · Url: https://www.researchgate.net/publication/367543319_Traditional_and_Ethno-botanical_study_of_Tinospora_cardifolia_with_references_to_Guna_district_MP · Titel: (PDF) Traditional and Ethno-botanical study of Tinosporacardifolia...
- Typ: web · Url: <https://www.drugs.com/npp/tinospora.html> · Titel: Tinospora Uses, Benefits & Dosage
- Typ: web · Url: https://www.researchgate.net/publication/367543319_Traditional_and_Ethno-botanical_study_of_Tinospora_cardifolia_with_references_to_Guna_district_MP · Titel: (PDF) Traditional and Ethno-botanical study of Tinosporacardifolia...
- Typ: web · Url: <https://phytochem.nal.usda.gov/ethnobotanical-plant-tinospora-malabarica> · Titel: Ethnobotanical Plant Tinosporamalabarica
- Typ: web · Url: <https://www.drugs.com/npp/tinospora.html> · Titel: Tinospora Uses, Benefits & Dosage
- Typ: web · Url: https://www.researchgate.net/publication/352906365_Micrometric_evaluation_of_two_botanical_source_plants_of_Guduchi_ie_Tinospora_cordifolia_Wild_Miersand_Tinospora_malabarica_Lam_Hook_f_Thomson_stem_and_leaf · Titel: (PDF) Micrometric evaluation of two botanical source plants of...
- Typ: web · Url: <https://ijam.co.in/index.php/ijam/article/view/1881> · Titel: Micrometric evaluation of two botanical source plants of Guduchi...
- Typ: gbif · Url: https://www.gbif.org/species/search?q=Tinospora_malabarica · Titel: GBIF — Tinospora malabarica
- Typ: web · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Tinospora_cordifolia · Titel: Tinospora cordifolia - Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://en.wikipedia.org/wiki/Tinospora> · Titel: Tinospora - Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://www.nepalayurveds.com/2025/10/tinospora-sinensis.html> · Titel: Tinospora sinensis
- Typ: web · Url: <https://agric4profits.com/de/25-medizinische-vorteile-von-anisomeles-malabarica-malabar-katzenminze/>

- Titel: 25 medizinische Vorteile von Anisomelesmalabarica... - Agric4Profits
- Typ: web · Url: <https://www.kraeuter-und-duftpflanzen.de/botanisch-pflanzen-und-saatgut/tinospora> · Titel: Tinospora| Botanisch (Pflanzenund Saatgut) | Rühlemann's Kräuter...