

Gardenia jasminoides

Rubiaceae · Gardenia

ÜBER DIE PFLANZE

Gardenia jasminoides ist ein immergrüner Strauch oder kleinerer Baum mit oval geformten Blättern und stark duftenden Blüten in verschiedenen Farben von pastell yellow bis creamy white. Es wird weltweit kultiviert, vor allem in warmen, gemäßigten Gebieten.

WIRKUNG

Beruhigend auf Nerven und Geist; behandelt Diabetes, hilft bei Schlafproblemen, behandelt Lungen- und Verdauungsbeschwerden

ANWENDUNG

Dekozition: ja

Trockne frucht: ja

ÜBERLIEFERTE HEILWIRKUNGEN

- Nervenberuhigung
- Diabetesbehandlung
- Schlafunterstützung
- Lungenkrankheiten
- Verdauung

TRADITIONELLE CHINESISCHE MEDIZIN

Hitze lindern: ja

Feuer ableiten: ja

Geist beruhigen: ja

ÜBERLIEFERTES WISSEN

In der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) wird Gardenia jasminoides seit Jahrhunderten verwendet, um Hitze zu lindern und Feuer abzuleiten. Es wird auch als natürlicher Gelbfarbstoff eingesetzt.

ERKENNUNGSMERKMALE

Stark duftende Blüten in verschiedenen Farben von pastell yellow bis creamy white, oval geformte Blätter

WUCHS

Strauch

BLÜTEZEIT

- Sommer

HERKUNFT

Kontinent: ['Asien']

Land: ['CHN', 'JPN']

VERWENDETE PFLANZENTEILE

- Blüte: ja · Frucht: ja

ZUBEREITUNG

- Dekozition
- Trockne Frucht

SAMMELN

- Hinweis: Handschuhe empfohlen · Mondphase: zunehmend|Vollmond · Tageszeit: abends ·

Bedingungen: Trocken, kein Regen · Pflanzenteil: Blüte · Reifezustand: reif

• Hinweis: Handschuhe empfohlen · Mondphase: Vollmond · Tageszeit: abends · Bedingungen: Trocken, kein Regen · Pflanzenteil: Blatt · Reifezustand: vor Reife

• Hinweis: Handschuhe empfohlen · Mondphase: abnehmend · Tageszeit: abends · Bedingungen: Trocken, kein Regen · Pflanzenteil: Wurzel · Reifezustand: überreif

INHALTSSTOFFE

• Iridoid glykoside: ['Geniposide', 'Gardenoside'] · Chlorogen säure: ja · Ursolic säure: ja · Acroctin: ja · Flavonoide: ['Crocine', 'Chlorogenic', 'Gardenin']

SICHERHEIT UND WECHSELWIRKUNGEN

GIFTIGKEIT

schwach

GIFTIGE TEILE

• Früchte

GIFTIG FÜR

• Mensch

VERGIFTUNGSZEICHEN

Durch den Gehalt an Iridoidglykosiden hat die Frucht eine purgative Wirkung.

NEBENWIRKUNGEN

- Diarrhoe
- Hautreizung

WECHSELWIRKUNGEN

- Typ: NIE_kombinieren · Hinweis: Stimulant laxatives should not be combined with Gardenia due to potential excessive bowel activity and mineral depletion. · Pflanze latein: Gardenia jasminoides · Pflanze deutsch: Gartenkirsche (Gartenjasmin)
- Typ: NIE_kombinieren · Hinweis: Geniposide in hohen Dosen können lebensbedrohliche Lebertoxizität verursachen. Daher sollte Gardenia Jasminoides niemals mit anderen Kräutern kombiniert werden, die Leberfunktion beeinträchtigen. · Pflanze latein: Gardenia jasminoides · Pflanze deutsch: Gartenkirsche (Gartenjasmin)
- Typ: NIE_kombinieren · Hinweis: Gardenia mit anderen hepatotoxischen Medikamenten (z.B. Acetaminophen, Methotrexat, Isoniazid, Valproat, Statine) sollten vermieden werden. · Pflanze latein: Gardenia jasminoides · Pflanze deutsch: Gartenkirsche (Gartenjasmin)

QUELLEN

- Typ: wikipedia_en · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Gardenia_jasminoides · Titel: Gardenia jasminoides
- Typ: wikipedia_en · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Gardenia_jasminoides · Titel: Gardenia jasminoides
- Typ: pfaf · Url: https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Gardenia_jasminoides · Titel: PFAF — Gardenia jasminoides
- Typ: web · Url: <https://www.webmd.com/vitamins/ai/ingredientmono-1488/gardenia> · Titel: Gardenia: Overview, Uses, Side Effects, Precautions, Interactions, Dosing and Reviews
- Typ: web · Url: <https://www.rxlist.com/supplements/gardenia.htm> · Titel: Gardenia: Health Benefits, Side Effects, Uses, Dose & Precautions
- Typ: web · Url: <https://www.patientslikeme.com/treatment/gardenia-jasminoides-extract> · Titel: Gardenia Jasminoides Extract: uses & side-effects | PatientsLikeMe
- Typ: web · Url: <https://permacultureplants.com/plants/gardenia/> · Titel: Gardenia(cape jasmine) —

Permaculture Database

- Typ: web · Url: https://www.bunnings.co.nz/1-9l-gardenia-radicans-gardenia-jasminoides-radicans_p8901070 · Titel: 1.9LGardeniaRadicans -GardeniajasminoidesRadicans
- Typ: web · Url: <https://perfectherbs.ca/wp-content/uploads/2025/08/Gardenia-jasminoidis-Monograph.pdf> · Titel: Gardenia jasminoidis Monograph - perfectherbs.ca
- Typ: web · Url: <https://pilora.app/nutrients/gardenia-jasminoides> · Titel: Gardenia jasminoides: Benefits, Dosage, Timing & Evidence ...
- Typ: web · Url: <https://pilora.app/nutrients/gardenia> · Titel: Gardenia: Benefits, Dosage, Timing & Evidence | Pilora
- Typ: web · Url: <https://permacultureplants.com/plants/gardenia/> · Titel: Gardenia(cape jasmine) — Permaculture Database
- Typ: lotus · Url: <https://lotus.naturalproducts.net/search/simple/Gardenia%20jasminoides> · Titel: LOTUS — Gardenia jasminoides
- Typ: web · Url: <https://www.lubera.com/de/gartenbuch/gardenie-gardenia-jasminoides-pflege-ueberwintern-p3134> · Titel: Gardenie(Gardeniajasminoides) - Pflege & Überwintern
- Typ: web · Url: <https://www.rich-sense.nl/de/Gardenia-Jasminoides> · Titel: GardeniaJasminoides-Rich-sense
- Typ: web · Url: <https://media.doterra.com/eu/de/pips/gardenia-touch-oil.pdf> · Titel: GardeniaTouch
- Typ: web · Url: <https://www.whiterabbitinstituteofhealing.com/herbs/gardenia/> · Titel: Gardenia (Zhi Zi) | White Rabbit Institute of Healing
- Typ: web · Url: <https://www.tcmio.com/herbs/zhi-zi> · Titel: Zhi Zi (Gardenia jasminoides / Cape Jasmine Fruit) in ...
- Typ: web · Url: <https://plumdragonherbs.com/pages/zhi-zi-gardenia-fruit-herb-guide> · Titel: Zhi Zi (Gardenia Fruit) – Gardenia jasminoides TCM Herb Guide
- Typ: web · Url: <https://permacultureplants.com/plants/gardenia/> · Titel: Gardenia(cape jasmine) — Permaculture Database
- Typ: web · Url: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/41356836/> · Titel: Screening for dual-target enzyme inhibitors derived fromGardenia...
- Typ: web · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Gardenia_jasminoides · Titel: Gardeniajasminoides-Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://permacultureplants.com/plants/gardenia/> · Titel: Gardenia(cape jasmine) — Permaculture Database
- Typ: web · Url: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37882781/> · Titel: Gardenia(GardeniajasminoidesEllis) fruit: a critical review of its...
- Typ: gbif · Url: https://www.gbif.org/species/search?q=Gardenia_jasminoides · Titel: GBIF — Gardenia jasminoides
- Typ: web · Url: <https://zimmerpflanzen-faq.de/gardenia-jasminoides/> · Titel: Gardenie (Gardenia jasminoides) - Zimmerpflanzen
- Typ: web · Url: <https://mycleanmyhome.com/de/proper-care-of-gardenia-jasminoides/> · Titel: Gardenia Jasminoides: Pflege zu Hause, Krankheiten (Foto)
- Typ: web · Url: <https://en.wikipedia.org/wiki/Gardenia> · Titel: Gardenia- Wikipedia
- Typ: web · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Gardenia_jasminoides · Titel: Gardenia jasminoides-Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://www.gardenia.net/guide/learn-how-to-grow-and-care-for-your-gardenia> · Titel: How to Grow and Care for Gardenias Successfully