

Reis

Oryza sativa

Poaceae · Oryza

ÜBER DIE PFLANZE

Kulturreispflanze, die weltweit dominiert und in verschiedenen Klimazonen angebaut wird.

WIRKUNG

Sättigend, entwässernd, unterstützt Nervensystem, hilft bei Blutbildung.

TRADITIONELLE CHINESISCHE MEDIZIN

Potentiell verwendbar: ja

AYURVEDA

Potentiell verwendbar: ja

ÜBERLIEFERTES WISSEN

Traditionell wichtig in Asien als Grundnahrungsmittel, auch in anderen Kulturen wie Japan, Korea und Vietnam.

ERKENNUNGSMERKMALE

Pflanze kann bis zu 30 Halme ausbilden, wächst 50 bis 160 cm hoch und trägt je eine schmale überhängende Rispe mit 80 bis 100 einblütigen Ährchen.

WUCHS

jährig

VERWENDETE PFLANZENTEILE

- Früchte
- Öl aus den Früchten

ZUBEREITUNG

- Kochen
- Pöppeln

INHALTSSTOFFE

• Kohlenhydrate: 78 · Mineralien: ['Kalium', 'Magnesium', 'Mangan'] · Vitamine: ['B-Vitamine', 'Folsäure'] · Essentielle aminosäuren: ja

SICHERHEIT UND WECHSELWIRKUNGEN

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/Reis> · Titel: Reis
- Typ: wikipedia_de · Url: https://de.wikipedia.org/wiki/Rio_Reiser · Titel: Rio Reiser
- Typ: wikipedia_en · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Oryza_sativa · Titel: Oryza sativa
- Typ: wikipedia_en · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Oryza_sativa · Titel: Oryza sativa
- Typ: pfaf · Url: [https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Oryza sativa](https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Oryza+sativa) · Titel: PFAF — Oryza sativa
- Typ: web · Url: <https://dailymed.nlm.nih.gov/dailymed/drugInfo.cfm?setid=79ebe899-98e4-f44f-e053-2a91aa0ad6d6> · Titel: DailyMed - RICE FOOD- oryza sativa solution RYE FOOD- secale cereale solution SESAME SEED- sesamum indicum solution BROCCOLI- brassica oleracea var. botrytis solution BUCKWHEAT-

fagopyrum esculentum solution CASHEW NUT- anacardium occidentale solution CAULIFLOWER (brLLOPS- placopecten magellanicus solution SHRIMP- farfantepenaeus aztecus solution LAKE TROUT- oncorhynchus mykiss solution TUNA- thunnus albacares solution ALMOND FOOD- prunus dulcis solution APPLE- malus pumila solution ENGLISH WALNUT-

- Typ: web · Url: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17090480/> · Titel: Amended final report on the safety assessment of Oryza Sativa (rice) Bran Oil, Oryza Sativa (rice) Germ Oil, Rice Bran Acid, Oryza Sativa (rice) Bran Wax, Hydrogenated Rice Bran Wax, Oryza Sativa (rice) Bran Extract, Oryza Sativa (rice) Extract, Oryza Sativa (rice) Germ Powder, Oryza Sativa (rice) Starch, Oryza Sativa (rice) Bran, Hydrolyzed Rice Bran Extract, Hydrolyzed Rice Bran Protein, Hydrolyzed Rice Extract, and Hydrolyzed Rice Protein - PubMed

- Typ: web · Url: <https://motherfigure.com/safe-skincare/oryza-sativa-cera/> · Titel: Oryza Sativa Cera and Pregnancy | Motherfigure

- Typ: web · Url: <https://motherfigure.com/safe-skincare/oryza-sativa-oil/> · Titel: Oryza Sativa Oil and Pregnancy | Motherfigure

- Typ: web · Url: <https://reisbereich.de/wie-viel-gramm-reis-pro-tasse-finden-sie-es-heraus/> · Titel: Wie viel Gramm Reis pro Tasse? Finden Sie es heraus! - ReisBereich.de

- Typ: web · Url: <https://www.gruenertee.com/zubereitung/dosierung/> · Titel: Grüner Tee: Dosierung

- Typ: web · Url: <https://terrawhisper.com/herbs/oryza-sativa.html> · Titel: Rice (Oryza sativa): Benefits, Uses, Dosage, and Safety in Herbal Medicine

- Typ: web · Url: <https://www.colegiobolivar.edu.co/garden/wp-content/uploads/2019/03/Pablo-Alhach-Oryza-sativa.pdf> · Titel: Oryza Sativa L. Monograph Agricultural Science 2017-2018 Pablo Alhach

- Typ: web · Url: <https://dhyantea.com/de/blogs/news/infuso-tisana-decotto-differenze-e-caratteristiche> · Titel: Aufguss, Kräutertee, Abkochung: Unterschiede und Eigenschaften

- Typ: web · Url: <https://medlexi.de/Reis> · Titel: Reis - Unverträglichkeit & Allergie | MedLexi.de

- Typ: web · Url: <https://gesundpedia.de/Reis> · Titel: Reis - Allergie & Unverträglichkeit | Gesundpedia.de

- Typ: web · Url: <https://reisbereich.de/reis-unvertraeglichkeit/> · Titel: Reis Unverträglichkeit: Ursachen, Symptome und hilfreiche ...

- Typ: web · Url: <https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/lebensmittel/nahrungsergaenzungsmittel/wechselwirkungen-mit-medikamenten-10595> · Titel: Wechselwirkungen mit Medikamenten | Verbraucherzentrale.de

- Typ: web · Url: <https://www.frauengesundheitsportal.de/themen/medikamente/wechselwirkungen/> · Titel: Wechselwirkungen von Medikamenten: Risiken erkennen & vermeiden | Frauengesundheitsportal

- Typ: web · Url: <https://www.proveitsupplements.com/ingredients/oryza> · Titel: Oryza - Research, Benefits, Side Effects & Dosage | ProveIt | ProveIt Supplements

- Typ: web · Url: <https://www.glooshi.com/oryza-sativa-starch/> · Titel: Oryza Sativa Starch: What Is It, Cosmetic Uses, Benefits & Side Effects - glooshi.

- Typ: lotus · Url: <https://lotus.naturalproducts.net/search/simple/Oryza%20sativa> · Titel: LOTUS — Oryza sativa

- Typ: web · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Oryza_sativa · Titel: Oryza sativa - Wikipedia

- Typ: web · Url: <https://de.wikipedia.org/wiki/Volksmedizin> · Titel: Volksmedizin - Wikipedia

- Typ: web · Url: <https://www.multiple-sklerose-e-v.de/von-betroffenen-fuer-betroffene/therapieerfahrungen/hildegard-von-bingen-bewaehrtes-heilwissen-aus-alter-zeit> · Titel: Alexandra Mangers Naturapotheke - Hildegard von Bingen - Bewährtes Heilwissen aus alter Zeit - Initiative Selbsthilfe Multiple Sklerose Kranker e. V.

- Typ: web · Url: <https://www.ayushvedah.com/druginfo.php?drugid=162> · Titel: Medicinal properties of dhanya - Oryza sativa Linn., Oryza plena Chowdhury

- Typ: web · Url: <https://smpbkerala.in/herbal-data/oryza-sativa.asp> · Titel: Oryza sativa, Nellu, Paddy plant, | SMPB Kerala

- Typ: web · Url: <https://edibleplantdb.org/plants/7053/oryza-sativa> · Titel: Rice (Oryza sativa) — Edible

Plant | Edible Plant Database

- Typ: web · Url: <https://phytochem.nal.usda.gov/ethnobotanical-plant-oryza-sativa> · Titel: Ethnobotanical Plant Oryza sativa | Dr. Duke's Phytochemical and Ethnobotanical Databases
- Typ: web · Url: https://www.researchgate.net/publication/368756341_Medicinal_Health_Benefits_of_Traditional_Rice_Oryza_sativa_L_Introduction · Titel: (PDF) Medicinal Health Benefits of Traditional Rice (Oryza sativa L) Introduction