

japanische Kornelkirsche

Cornus officinalis

Cornaceae · Cornus

WIRKUNG

Tonifies liver and kidney, nourishes essence; Anti-oxidation, anti-apoptosis, anti-inflammation, anti-diabetes, neuroprotection, cardiovascular protection

TRADITIONELLE CHINESISCHE MEDIZIN

Freitext: Tonifies liver and kidney, reduces urination, restrains essence loss; Kidney-tonifizierend in TCM

WUCHS

Strauch oder kleiner Baum (bis 10 m hoch)

BLÜTEZEIT

- Februar bis April

STANDORT

Sonnig bis halbschattig

VERWENDETE PFLANZENTEILE

- Frucht

ERNTENZEIT

- Teil: Frucht · Monate: [9, 10] · Hinweis: Reife Früchte, die von Vögeln und Säugetieren gefressen werden. · Bedingungen: Vollreife Früchte, die beinahe überreif sind.
- Teil: Frucht|Blüte · Monate: [2, 3] · Hinweis: Keine spezifischen Bedingungen erwähnt. · Bedingungen: Nach der Blütezeit.
- Teil: Frucht · Monate: [8, 9] · Hinweis: Vollreife Früchte bei tieferer Farbe und leicht glasigem Aussehen. · Mondphase: Niedrigmondphase empfohlen · Tageszeit: Morgen oder Abend · Bedingungen: Sonnige Tage, mildes Wetter, trockene Luft.
- Teil: Frucht · Monate: [8] · Hinweis: Keine spezifischen Bedingungen erwähnt. · Bedingungen: Reife Früchte, die herb-säuerlich schmecken.

INHALTSSTOFFE

- Oleanolic acid, ursolic acid, iridoid glycosides (cornel iridoid glycoside, morroniside), gallotannins; Ursolic acid, Gallic acid, Malic acid, Saponins, Phenols, Resins, Vitamin A, Vitamin C; Morroniside, Sweroside, Flavonoiden wie Kaempferol

IN DER KÜCHE

Vitaminreiche Früchte für Marmelade und Gelee; Essbare Früchte mit hohem Vitamin C-Gehalt

SICHERHEIT UND WECHSELWIRKUNGEN

GEGENANZEIGEN

Vorsicht bei Kombination mit Hormontherapien oder Antikoagulantien erforderlich

WECHSELWIRKUNGEN

- Typ: NIE_kombinieren · Hinweis: Morroniside (am häufigsten vorkommendes Iridoidglykosid aus *Cornus officinalis*) und Matrixmetalloproteinase-13 (MMP13), Caspase-1, Nod-Like Receptor Protein-3 (NLRP3) in DMM-Mäuse und IL-1 β -stimulierten Chondrozyten. · Pflanze latein: Morroniside
- Typ: NIE_kombinieren|giftig_kombination · Hinweis: Kornelkirsche (*Cornus officinalis*) und roter Hartriegel (*Cornus sanguinea*) sollten niemals zusammen genommen werden, da der rote Hartriegel ungenießbar bis leicht giftig ist und die Wirkung von Kornelkirschen hemmt. · Pflanze latein: Cornus

sanguinea · Pflanze deutsch: Roter Hartriegel

• Typ: synergistisch · Hinweis: Cornus officinalis wird oft mit Rehmannia kombiniert, um die Funktionen des Blutes und der Leber sowie der Nieren zu stärken. · Pflanze latein: Rehmannia

QUELLEN

- Typ: wikipedia_en · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Cornus_officinalis · Titel: Cornus officinalis
- Typ: wikipedia_en · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Cornus_officinalis · Titel: Cornus officinalis
- Typ: pfaf · Url: [https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Cornus officinalis](https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Cornus+officinalis) · Titel: PFAF — Cornus officinalis
- Typ: web · Url: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8072387/> · Titel: Active Components and Pharmacological Effects of Cornus officinalis: Literature Review - PMC
- Typ: web · Url: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9288281/> · Titel: Mechanism of Cornus Officinalis in Treating Diabetic Kidney Disease Based on Network Pharmacology - PMC
- Typ: web · Url: https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-community-herbal-monograph-melissa-officinalis-l-folium_en.pdf · Titel: Community herbalmonographon MelissaofficinalisL., folium
- Typ: web · Url: <https://www.frontiersin.org/journals/nutrition/articles/10.3389/fnut.2023.1309963/full> · Titel: Frontiers | A comprehensive review of Cornus officinalis: health benefits, phytochemistry, and pharmacological effects for functional drug and food development
- Typ: web · Url: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1570023211000560> · Titel: Analysis of the interactions of multicomponents in Cornus officinalis Sieb. et Zucc. with human serum albumin using on-line dialysis coupled with HPLC - ScienceDirect
- Typ: web · Url: <https://www.frontiersin.org/journals/nutrition/articles/10.3389/fnut.2023.1309963/full> · Titel: A comprehensive review of Cornus officinalis - Frontiers
- Typ: web · Url: <https://de.wikipedia.org/wiki/Kornelkirsche> · Titel: Kornelkirsche- Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://de.wikipedia.org/wiki/Kornelkirsche> · Titel: Kornelkirsche- Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://de.wikipedia.org/wiki/Kornelkirsche> · Titel: Kornelkirsche- Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://www.gruenertee.com/zubereitung/dosierung/> · Titel: Grüner Tee: Dosierung
- Typ: web · Url: <https://www.teekrone.com/products/gruner-tee-japanische-kirsche-sencha> · Titel: Teekrone Grüner Tee Japanische Kirsche
- Typ: web · Url: <https://kikko-restaurant.de/japanischer-tee-sorten-wirkung-und-zubereitung/> · Titel: Japanischer Tee: Sorten, Wirkung und Zubereitung - Kikko Restaurant
- Typ: web · Url: <https://perfectherbs.ca/wp-content/uploads/2025/08/Cornus-officinalis-Monograph.pdf> · Titel: Cornus officinalis Monograph
- Typ: web · Url: https://www.researchgate.net/publication/377345209_A_comprehensive_review_of_Cornus_officinalis_health_benefits_phytochemistry_and_pharmacological_effects_for_functional_drug_and_food_development · Titel: (PDF) A comprehensive review of Cornus officinalis: health benefits, phytochemistry, and pharmacological effects for functional drug and food development
- Typ: web · Url: <https://www.pflanzmich.de/produkt/15700/kornelkirsche.html> · Titel: pflanzmich.de/produkt/15700/kornelkirsche.html
- Typ: web · Url: https://www.baumkunde.de/Cornus_officinalis/ · Titel: JapanischeKornelkirscheDetails - Baumbestimmung, Laubhölzer...
- Typ: web · Url: https://www.baumkunde.de/Cornus_officinalis/ · Titel: JapanischeKornelkirscheDetails - Baumbestimmung, Laubhölzer...
- Typ: web · Url: <https://perfectherbs.ca/wp-content/uploads/2025/08/Cornus-officinalis-Monograph.pdf> · Titel: Cornus officinalis Monograph
- Typ: web · Url: <https://grasproot.com/herbs/cornus> · Titel: Cornus Benefits, Uses & Safety — Grasproot
- Typ: web · Url: https://www.researchgate.net/publication/377345209_A_comprehensive_review_of_Cornus_officinalis_h

health_benefits_phytochemistry_and_pharmacological_effects_for_functional_drug_and_food_development · Titel: (PDF) A comprehensive review of Cornus officinalis: health benefits, phytochemistry, and pharmacological effects for functional drug and food development

• Typ: web · Url: <https://www.proveitsupplements.com/ingredients/cornus-officinalis> · Titel: Cornus Officinalis – Research, Benefits, Side Effects ...

• Typ: web · Url: https://www.researchgate.net/publication/377345209_A_comprehensive_review_of_Cornus_officinalis_health_benefits_phytochemistry_and_pharmacological_effects_for_functional_drug_and_food_development · Titel: (PDF) A comprehensive review of Cornus officinalis: health ...

• Typ: web · Url: <https://www.plantura.garden/obst/kornelkirschen/kornelkirsche-pflanzenportrait> · Titel: Kornelkirsche: Anbau, Pflege & Verwendung - Plantura

• Typ: web · Url: <https://www.fitoterapia.net/archivos/201809/wc500147372.pdf?1> · Titel: HMPCmonographs: Overview of recommendations for the uses of...

• Typ: web · Url: <https://www.vdberk.com/trees/cornus-officinalis/> · Titel: Cornusofficinalis| Japanese cornel dogwood - Van den Berk Nurseries

• Typ: lotus · Url: <https://lotus.naturalproducts.net/search/simple/Cornus%20officinalis> · Titel: LOTUS — Cornus officinalis

• Typ: web · Url: https://de.wikipedia.org/wiki/Asiatische_Kornelkirsche · Titel: Asiatische Kornelkirsche – Wikipedia