

Galgant

Und wer Herzweh hat und wer im Herz schwach ist, der esse genügend Galgant und es wird ihm besser gehen“, schrieb Hildegard von Bingen über dieses Ingwergewächs. In der Medizin der Hildegard von Bingen gehört der Galgant zu den wichtigsten Drogen, vor allem bei funktionellen Herzbeschwerden und beim Roemheld-Komplex. Galgant ist ein Scharfstoffmittel mit starker und schneller krampflösender Wirkung.

Inhaltsstoffe: Ätherische Öle, Scharfstoffe, bittere Flavonoide.

Wirkungen: Scharfstoffdrogen wirken schnell krampflösend, entzündungshemmend, antibakteriell und antimykotisch.

Indikationen: Angina pectoris, schmerzhaftes Oberbauchsyndrom (Roemheld-Komplex), Verdauungsstörungen; Galgant wird bevorzugt in der Geriatrie eingesetzt.

Darreichungsformen: Tee, Tinktur, Gewürzpulver. Galgant wirkt schnell in einer Tasse Espresso!

Tagesdosis: 2-4 g Droge, 2-4 g Tinktur. Zubereitungen entsprechend.

Nebenwirkungen/Gegenanzeigen: Nicht bekannt.

Teezubereitung: 1/2-1 TL geschnittene oder gepulverte Droge mit 1 Tasse heißem Wasser überbrühen, bedeckt 5 Min. ziehen lassen und abgießen. Nach Bedarf trinken.

Kommission E: *Dyspeptische Beschwerden. Appetitlosigkeit.*