Buchweizen Fagopyrum esculentum Fagopyri herba

wildkraeuterwerkstatt.de/buchweizen-fagopyrum-esculentum-fagopyri-herba/

Die kleinen dreikantigen, weizengroßen Früchte des Knöterichgewächses ähneln in ihrer Form den Bucheckern; dieser Ähnlichkeit verdankt der Buchweizen seinen Namen, auch den botanischen: lat. „fagus: Buche" und griech. „pyrus: Weizen". Dass der Buchweizen seit Urzeiten als wichtige Nahrungspflanze gilt wird durch den Artnamen: „esculentum: essbar, genießbar" charakterisiert. Doch für therapeutische Zubereitungen werden nicht die nahrhaften Nüsschen verwendet, sondern das blühende Kraut. Es hat einen hohen Gehalt an Rutin (Flavonoid) und wurde aus diesem Grund vom „Studienkreis der Entwicklungsgeschichte der Arzneipflanzen" zur Arzneipflanze des Jahres 1999 gekürt.



Buchweizen

Inhaltsstoffe: Im Durchschnitt bis zu 6 % Flavonoide (darunter 90 % Rutin bei kontrolliertem Anbau ausgewählter Sorten), Kaffeesäurederivate, Phenylcarbonsäure, Salicylsäure, Gerbstoffe.

Wirkungen: Radikalfänger, ödemprotektiv, antihämorrhagisch. Verbesserung der Elastizität und Mikrozirkulation in Kapillaren und Venolen. Der Flüssigkeits- und Stoffaustausch der Kapillaren und Venolen wird normalisiert und venöse Stauungen schwellen ab, der Rückgang der Entzündungsbereitschaft wird unterstützt und Spannungsschmerzen und Schweregefühl in den Beinen gemindert. Die Flavonoide wirken als gefäßwandaktive Substanzen einer gesteigerten Kapillardurchlässigkeit entgegen. Buchweizen „sorgt für gute Durchblutung bis in feinste Kapillaren".

Indikationen: Chronische venöse Insuffizienz Stadium I-11, Ödeme, periphere Durchblutungsstörungen und Ulcus cruris, Mikrozirkulationsstörungen, Arterioskleroseprophylaxe.

Darreichungsformen: Fertigarzneimittel mit standardisiertem Gehalt an Rutin.

Tagesdosis: 150 mg Rutin in gut bioverfügbarer Form (Fagorutin Buchweizen-Tabletten oder -tee).

Nebenwirkungen: In sehr seltenen Fällen Kopfschmerzen und Photosensibilisierung nach intensiver Sonneneinstrahlung möglich.

Gegenanzeigen: Bislang nicht bekannt.

Präparate: Fagorutin Buchweizen-Tee, Fagorutin Buchweizen Tbl..

Teezubereitung: 2 g zerkleinerte Droge mit 150 ml kochendem Wasser übergießen, 10 Min. ziehen lassen und abgießen. Mehrmals tgl. 1 Tasse trinken.

Kommission E: Wurde von der Kommission E nicht bearbeitet, ist aber von höchstem medizinischen Interesse. Die Wirksamkeit von standardisierten Buchweizenkrautzubereitungen ist bei Mikrozirkulationsstörungen experimentell und bei der chronisch venösen Insuffizienz klinisch eindeutig nachgewiesen.

Wildkräuterwerkstatt © 2021 Wildkräuterwerkstatt