

Gelber Enzian *Gentiana lutea* (G. *pannonica*, G. *purpurea*, G. *punctata*) *Gentianae radix* (M)



wildkrauterwerkstatt.de/gelber-enzian-gentiana-lutea-g-pannonica-g-purpurea-g-punctata-gentianae-radix-m/

Diese stolze, attraktive Pflanze gedeiht vor allem in der Alpenregion und wird stattliche 1,20 m hoch. Der Gelbe Enzian kann bis zu 60 Jahre alt werden, doch zur Blüte kommt er erst im Alter von 10 Jahren. Der gelbe Enzian hat von den einheimischen Pflanzen den höchsten Bitterwert. Weil er so gut wie keine Gerbstoffe enthält, wirkt er nicht magenreizend, und die tonisierende Bitterwirkung kommt isoliert und intensiv zur Wirkung. Im Mittelalter berichtet HIERONYMUS BOCK 1557 „*Die aller*



Enzian

gebrechlichst wurtzel in Germania / ist Entian / so wess der gemein man kein besser Tiriak oder magenartznei / als eben den Entian. Dann was sie jennerliche presten im leib und magen fülen / vertreiben sie mit Entian / Calmus oder mit Ingwer... „

Inhaltsstoffe: 2-3% Bitterstoffe.

Wirkungen: Anregung der Speichel- Magen- und Pankreassaftsekretion, appetitanregend. Durchblutungsförderung der Schleimhäute, Beschleunigung der Magenentleerung, motilitätssteigernd im Dünndarm, choleretisch, indirekt fiebersenkend, tonisierend, roborierend und immunmodulierend.

Indikationen: Appetitlosigkeit, Verdauungsbeschwerden wie Völlegefühl, Blähungen, Magensaftmangel, Anorexia nervosa, ständiges „Luftschlucken“, leichte Pankreassekretionsstörung. Besonders geeignet für Patienten mit körperlichen oder seelischen Schwächezuständen, für Rekonvaleszenten, nach längeren Infektionskrankheiten, bei chronisch Kranken mit funktioneller Verdauungsschwäche. Bei „schwachem Magen“, als „Magen-Tonikum der Alten“, bei Eisen- und Mineralstoffmangel (Resorptionsstörungen), chronisch atrophischer Gastritis (Perniziosa). Bei Hyperventilationstetanie 30 Tr. Enziantinktur als Notfallmittel.

Darreichungsformen: Tee, Tinktur, Verdauungsschnaps (jeweils einige Zeit im Mund behalten). **Tagesdosis:** 2-4 g Droge, 1-3 g Tinktur, 2-4 g Fluidextrakt.

Nebenwirkungen: Bei disponierten Personen gelegentlich Kopfschmerzen.

Gegenanzeigen: Magen- oder Zwölffingerdarmgeschwüre.

Präparate: Digestivum-Hetterich Tr., Enziagil Magenplus Kapseln, Amara-Tropfen-Pascoe (mit Chinarinde, Wermutkraut, Zimtrinde), Schwedentrunk Elixier.

Teezubereitung: Kaltwasserauszug: 1 TL Droge mit 1 Tasse kaltem Wasser ansetzen, 8 Std. ziehen lassen und abgießen. Bei Appetitlosigkeit 30 Min. vor, bei Verdauungsbeschwerden nach den Mahlzeiten einnehmen. Teeabkochung: 1 TL Droge mit 1 Tasse kaltem Wasser ansetzen, kurz aufkochen und abgießen.

Kommission E: *Appetitlosigkeit, dyspeptische Beschwerden wie Völlegefühl und Blähungen.*

Wildkräuterwerkstatt © 2021 Wildkräuterwerkstatt