

Tausendgüldenkraut *Centaurium minus (umbellatum)* *Centaurii herba (M)*



wildkrauterwerkstatt.de/tausendgueldenkraut-centaurium-minus-umbellatum-centaurii-herba-m/

Die hochgeschätzte Heilpflanze, die 1000 Gulden wert ist gehört zur Familie der Enziangewächse und ist streng geschützt. Man mag dem kleinen pinkfarbenen Blümchen seine intensive Bitterkeit gar nicht zutrauen, und doch ist sie seit langem bekannt. Tausendgüldenkraut ist auch wichtiger Bestandteil von Lebenselixieren und Schwedenbitter.

Inhaltsstoffe: Secoiridoid-Bitterstoffe (Bitterwert 3500), Phenylcarbonsäuren, Xanthonderivate, Flavonoide.

Wirkungen: Steigerung der Magensaftsekretion, stimulierend auf alle an der Verdauung beteiligten Drüsen und Organe, appetitanregend, tonisierend, nervenstärkend. Wirksames Tonikum, das aber erst bei längerer Einnahmedauer voll zur Wirkung gelangt.

Indikationen: Appetitlosigkeit und Verdauungsschwäche mit chronischen Hautleiden, Anorexia nervosa, nervöse Erschöpfung, Altersmagen.

Darreichungsformen: Tee, Tinktur, Likör, Arzneiwein.

Tagesdosis: 6 g Droge, 1-2 g Extrakt.

Gegenanzeigen: Magen-Darmgeschwüre

Präparate: Tausendgüldenkraut Tropfen, Tinctura Amara (Tausendgüldenkraut, Enzianwurzel, Pomeranzenschale, Zitwerwurzel), Gastroplant Tr.

Teezubereitung: Kaltwasserauszug: 1 TL Droge (oder weniger, je nach individuellem Bitterempfinden) in 1 Tasse Wasser kalt ansetzen, 8 Std. ziehen lassen, zum Trinken erwärmen. 1 Tasse 30 Min. vor den Mahlzeiten. Teilweise wird empfohlen, den Tee zu kochen, damit die Bitterkeit abnimmt; ich empfehle eher eine Dosisreduzierung.

Kommission E: *Appetitlosigkeit, dyspeptische Beschwerden.*



Tausendgueldenkraut