Passionsblume
Passiflora incarnata Passiflorae herba (M)



Passionsblume

Die Gattung der Passionsblumengewächse umfasst ungefähr 500 Arten, die sich im feucht-warmen Klima des tropischen Regenwaldes wohlfühlen. Die Botaniker des 19. Jahrhunderts waren begeistert von dem schönen rankenden Lianengewächs mit der prächtigen Blüte und brachten die Pflanze nach Europa. Hier blüht sie, treibt aber keine Früchte. Schade, dabei bringen die schönen Blüten von 60 Passiflora-Arten essbare eiförmige Früchte. Von „Passiflora edulis" kennt man den aromatischen Maracuja-Saft, der aber keine therapeutische Wirkung hat (oder nur noch nicht erforscht wurde?). Ihren deutschen Namen erhielt die Pflanze vom Aussehen ihrer Blüte, die mit ihrem Kranz der Nebenkronblätter an die Dornenkrone in der Passionsgeschichte erinnern soll.

Inhaltsstoffe: Flavonoide (u.a. Maltol mit weißdornähnlicher, beruhigender, Herz-Kreislauf unter-stützender Wirkung), Cumarinderivate, Spuren von ätherischem Öl und cyanogenen Glykosiden.

© Carmen Randolf
Wörnitzstraße 10a
91749 Wittelshofen

Passionsblume

Wirkungen: Mild beruhigend, schlaffördernd und krampflösend. Passionsblumenextrakt weist papaverinähnliche Spasmolyseeffekte auf und senkt die motorische Aktivität.

Indikationen: Zur unterstützenden Therapie bei nervöser Unruhe, Einschlafstörungen, Depressionszuständen, Konzentrationsschwierigkeiten, Kreislaufschwäche, Klimakteriums- und wetterbedingte Beschwerden und nervös bedingte Beschwerden im Magen-Darm-Bereich. Gutes Tagessedativum, auch im Kindesalter und in der Pubertät. Aufgrund ihrer schwachen Wirkung fast ausschließlich in Kombination mit anderen beruhigenden Pflanzen.

Darreichungsformen: Tee (teuer!), Fertigpräparate. *Äußerliche Anwendung:* Waschungen. **Tagesdosis:** 4-8 g Droge.

Nebenwirkungen/Gegenanzeigen: Nicht bekannt.

Präparate: Passiflora Curarina Tr., Biral forte Drg. (mit Baldrian), Passiorin N Saft (mit Weissdorn).

Teezubereitung: 1-2 TL (1,5-3 g) Droge mit 1 Tasse siedendem Wasser übergießen und 5 Minuten ziehen lassen. 2-3-mal täglich 1 Tasse oder vor dem Schlafengehen 1-2 Tassen trinken.

*Kommission **E:** Nervöse Unruhe.*

© Carmen Randolf
Wörnitzstraße 10a
91749 Wittelshofen