



Bild: Valentina Razumova/Shutterstock.com

©Copyright 2022 – Alle Inhalte, insbesondere Texte, Fotografien und Grafiken sind urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte, einschließlich der Vervielfältigung, Veröffentlichung, Bearbeitung und Übersetzung, bleiben vorbehalten, SAGRUSAN® GmbH

Einnahmeempfehlung

2x täglich 30 Tropfen*

*Ca. eine halbe Stunde nach dem Essen mit einem Glas Wasser (ca.150ml) verdünnt einnehmen.

Menschen reagieren unterschiedlich auf Kräutertinkturen, daher empfiehlt sich eine **einschleichende Dosis von 2x täglich 20 Tropfen** mit anschließender Steigerung auf die oben beschriebene Einnahmeempfehlung. (Herxheimer-Reaktionen)



Bambus

Bambusoideae

Familie

Der Bambus gehört zu einer der größten Pflanzenfamilie – und zwar zu den Süßgräsern (Poales). Beim Gedanken an Bambus würden jedoch die meisten den Bambus eher den Holzgewächsen zuordnen.

Beheimatet

Der Bambus wächst in Afrika, Australien, Amerika und Asien. D.h. überall außer in Europa und in der Antarktis.

Verwendete Pflanzenteile

Die Blätter werden verwendet.

Inhaltsstoffe

Das Süßgras verfügt über einige wertvolle Inhaltsstoffe. Der bekannteste Wirkstoff ist die Kieselsäure (Silizium). Außerdem enthalten sind Vitamine, Saponine, Tannine, sowie Mineralstoffe und Flavonoide.

Anwendung

Der Bambus ist eine der ausdauerndsten Pflanzen überhaupt und wird daher gerne – vor allem in China – als stabiles Baumaterial genutzt. Auch die Verfügbarkeit ist für die Gewinnung von Material von Vorteil, denn der Bambus kann bis zu 30cm pro Tag wachsen (!) Er ist so resistent, dass er sogar die Atombombe von Hiroshima überlebte. Doch nicht nur als Rohstoff oder Futter für den Pandabären ist der Bambus geeignet: Auch als Nahrungsmittel erfreut er sich großer Beliebtheit (vor allem in asiatischen Ländern). Kaum eine Pflanze ist reicher an Silizium (bis zu 77%). Aufgrund dieses Inhaltsstoffes wirkt die Pflanze stabilisierend auf den Bewegungs- und Stützapparat. Durch die enthaltenen Flavonoide wird zudem das Bindegewebe und die Haut gestärkt, weshalb der Bambus Falten reduzieren soll. Außerdem regt der Bambus die Kollagensynthese an, das Therapien in Bezug auf Gelenkerkrankungen und bei Knorpelschädigungen unterstützen kann. Die Pflanze ist somit unter anderem zur unterstützenden Behandlung bei Osteoporose, Wirbelsäulenbeschwerden oder Bandscheibenproblemen geeignet.