SAGRUSAN®
Vertrauen Sie der Natur

Bild: Studio 888/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)

Käsepappel

Malva sylvestris

Familie

Die Käsepappel, auch als Wilde Malve bekannt, gehört zur Familie der *Malvengewächse*.

Beheimatet

Die Wilde Malve kommt eigentlich aus Asien und Südeuropa. Heute ist sie zudem in ganz Mittelruopa verbreitet und wächst nördlich bis nach Schweden und Norwegen.

Verwendete Pflanzenteile

Die Blätter, die Wurzel und die Blüten werden verwendet.

Inhaltsstoffe

Die Käsepappel besteht unter anderem aus ätherischen Ölen, Gerbstoffen und Flavonoiden. Außerdem besitzt sie einen vergleichsweise hohen Anteil an Eisen, Magnesium, Kalzium und Kalium. Erwähnenswert ist auch das enthaltene pflanzliche Eiweiß und die Vielzahl an Schleimstoffen in der Pflanze.

Anwendung

Man sagt, dass die Wilde Malve oder Käsepappe schon seit mehr als 5000 Jahren von Menschen zur Linderung diverser Leiden eingesetzt wird. Hauptanwendungsgebiete der Käsepappel sind Entzündungen und Reizungen der Haut und der Schleimhäute. Deshalb wird die Pflanze oft bei Entzündungen im Mund- und Rachenraum, sowie bei Reizhusten verwendet. Doch die positive Wirkung auf die Schleimhäute lässt sich auch auf die Magen- und Darmschleimhaut übertragen. Schon Hildegard von Bingen empfohl die Käsepappel bei Verdauungsbeschwerden. Außerdem soll die Pflanze eine antioxidative Wirkung haben und schützt die Haut und andere Gewebe, unter anderem die Blase, die vaginale Schleimhaut oder Blutgefäße. Auch über einen leichten antibiotischen Effekt verfügt die Wilde Malve – man geht davon aus, dass sie das Wachstum von Bakterien hemmt. Nennenswert ist auch ihr hoher Anteil an Mineralstoffen und Spurenelementen. Leidet man zum Beispiel unter einem Magnesium- oder Kaliummangel, so kann die Wilde Malve beim Ausgleichen der Mängel hilfreich sein.