



Bild: spline_x/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)



Meisterwurz

Peucedanum ostruthium

Familie

Meisterwurz gehört zur Familie der Doldenblütler (Apiaceae) und wird auch oft mit anderen Doldenblütlern verwechselt.

Beheimatet

Die Pflanze ist vor allem in Mitteleuropa stark verbreitet und wächst in den Alpen, den Pyrenäen und anderen Gebirgen.

Verwendete Pflanzenteile

Die Wurzel der Pflanze wird verwendet.

Inhaltsstoffe

In der Meisterwurz enthalten sind unter anderem ätherische Öle, Bitter- und Gerbstoffe, Saponine, Flavonoide und wichtige Fettsäuren.

Anwendung

Der Name Meisterwurz stammt aus dem späten Mittelalter, denn damals galt die Pflanze als Allheilmittel bei diversen Beschwerden. Da sie sehr leicht mit anderen Doldenblütlern verwechselt wird, geriet sie mit den Jahren in Vergessenheit. Doch da Hildegard von Bingen schon das gesundheitliche Potenzial der Pflanze erkannte, gewann sie vor allem in der Volksmedizin wieder an Bedeutung. Sie soll antibakteriell und schleimlösend wirken, weshalb die Pflanze vor allem zur Linderung von Husten eingesetzt wird. Durch den antibakteriellen Effekt soll sie dabei unterstützen, eine bakterielle Bronchitis auszuheilen. Das gilt auch für weitere bakterielle Erkrankungen. Außerdem wird sie sehr geschätzt wenn es um die Behandlung von Verdauungsproblemen geht, denn sie soll beruhigend und blähungswidrig sein. Grund für die positive Auswirkung auf die Verdauung sind die äthersichen Öle und die Bitterstoffe, welche die Gallensaftproduktion fördern und somit die Verdauung ankurbeln.