



Bild: Emily Li/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)



Tragant

Astragalus membranaceus

Familie

Der Tragant gehört zur Familie der Hülsenfrüchtler (*Fabaceae*), zu der auch die in der Küche beliebten Linsen, Bohnen und Erbsen gehören.

Beheimatet

Ursprünglich stammt der Tragant aus Asien, vor allem aus China. Jedoch hat er sich über die Jahre global verbreitet und ist sogar bei uns heimisch geworden.

Verwendete Pflanzenteile

Die Wurzel wird verwendet.

Inhaltsstoffe

In der Wurzel des Tragants stecken einige wertvolle Wirkstoffe. Unter anderem Triterperpensaponine, Polysaccharide, Aminosäuren, sowie Phytosterole. Außerdem enthalten sind Eisen, Selen, Kalzium und Folsäure.

Anwendung

Der Tragant, der aus dem asiatischen Raum stammt, hat eine besonders große Bedeutung in der Traditionell Chinesischen Medizin (TCM). Eine positive Wirkung des Tragants ist, dass er immunmodulierend sein soll. Aus diesem Grund stärkt er ein geschwächtes Immunsystem und schützt gleichzeitig vor einer zu starken Immunreaktion, z.B. im Falle von Allergien. Dadurch, dass durch die Einnahme von Tragant das Immunsystem gekräftigt wird, kann er zur Vorbeugung von Erkältungen und Grippeerkrankungen genutzt werden. Vor allem in der kälteren Jahreszeit wird der Tragant gerne empfohlen. Außerdem findet man im Tragant den Wirkstoff *Astragalosid IV* – ein sekundärer Pflanzenstoff, der der Tragantwurzel seine besondere Wirkung verleiht. In einigen Studien und Forschungen konnte gezeigt werden, dass dieser Wirkstoff das Gehirn, die Nerven und die Leber schützen kann. Des Weiteren soll der Tragant antioxidative und entzündungshemmende Eigenschaften haben. In der TCM setzt man auch stark auf den Tragant, wenn es um die Bekämpfung von Bakterien und Viren geht.