



KRAFTVOLLE KOMBINATIONEN

Cryptolepis / Wermut / Wilde Karde / Stevia

Cryptolepis sanguinolenta/Artemisia absinthium/Dipsacus fullonum/Steva rebaudiana



Anwendungsgebiete

- Borreliose, Reduktion von Biofilm
- Frühinfektion
- Ausleitung
- Verdauung, Stoffwechsel
- Entlastung
- Abwehr, Milieustärkung

Anwendung/Indikation

Die Kombination aus Wilder Karde, Wermut, Cryptolepis und Stevia wird in der Pflanzenheilkunde gern zur unterstützenden Anwendung bei Borreliose genutzt. Jede Pflanze bringt unterschiedliche Wirkungen ein:

Die Wilde Karde fördert die Ausleitung und unterstützt das Körpermilieu, während Wermut verdauungs- und stoffwechsellanregend wirkt.

Cryptolepis wird für ihre starke antibakteriellen Eigenschaften geschätzt.

Stevia ergänzt diese Pflanzenwirkung durch ihren speziellen Effekt auf verschiedene Formen von Borrelia burgdorferi. Stevia-Vollblattextrakt zeigte in Laboruntersuchungen eine signifikante Reduktion von Borrelien-Spirochäten, sogenannten Persistenzformen und auch von Biofilmen – jenen schützenden Bio-Strukturen,

die den Erregern helfen, sich gegen äußere Einflüsse zu schützen.

Diese vielfältigen Eigenschaften machen die Kombination insbesondere auch bei frischen Infektionen interessant, da Stevia-Extrakt dazu beitragen kann, das Biofilm-Gerüst der Erreger zu reduzieren.

Gut zu wissen



Die Synergie der vier Pflanzen liegt darin, dass sie unterschiedliche Mechanismen kombinieren: Ausleitung, Milieustärkung, Stoffwechsellanregung und direkte Wirkung auf die Erreger. So können die Pflanzen gemeinsam auf mehreren Ebenen wirken, die Selbstregulation des Körpers unterstützen und den Organismus in der frühen Infektionsphase gezielt entlasten.

Nebenwirkungen/Kontraindikation

Die Pflanzenkombination gilt in der Regel gut verträglich, kann jedoch bei empfindlichen Personen Verdauungsbeschwerden, Schweiß- oder Harnausscheidungen verstärken. Wermut sollte bei Schwangerschaft, Stillzeit oder bestehenden Leber- und Gallenproblemen vorsichtig eingesetzt werden. Cryptolepis kann in hohen Dosen zu Magen-Darm-Reizungen führen. Stevia wirkt blutzucker- und blutdrucksenkend, daher ist bei entsprechenden Vorerkrankungen oder Medikamenteneinnahme Vorsicht geboten.

LITERATURVERZEICHNIS

1. Nitsche, Diana Kerstin: Absinth. Medizin- und Kulturgeschichte einer Genussdroge, Dissertation an der Medizinischen Fakultät der Universität Heidelberg, Heidelberg 2005
2. Wermut - Herkunft, Verwendung, Eigenschaften und Gesundheitlicher nutzen | gewuerzlexikon.info www.heilkrauter.de/lexikon/wermut.htm
3. Osafo, N. et al. (2017): „Phytochemical and Pharmacological Review of *Cryptolpis sanguinolenta* (Lindl.) Schlechter." pmc.ncbi.nlm.nih.gov
4. Cimanga, K. et al. (1996): „In Vitro Biological Activities of Alkaloids from *Cryptolpis sanguinolenta*." *Planta Medica* (thieme-connect.com)
5. Boye, G.L. et al. (2010): „Clinical Efficacy of a Tea-Bag Formulation of *Cryptolepis sanguinolenta*..." *Ghana Medical Journal* (pmc.ncbi.nlm.nih.gov)
6. Mamani-Matsuda, M. et al. (2017): „Evaluation of Natural Medicines against *Borrlia burgdorferi*..." (pmc.ncbi.nlm.nih.gov) – Globallymealliance.org
7. Agyare, C. et al. (2012): „*Cryptolepis sanguinolenta*: An Ethnopharmacological Review." (pmc.ncbi.nlm.nih.gov)
8. Urbon, Barbara: *Gesundes Wissen aus der Natur: Heilkräuter heute: Für mehr Gesundheit - Nutzen Sie Exoten und heimische Wildkräuter*, Trias, 2007
9. Bäumler, Siegfried: *Heilpflanzenpraxis Heute: Porträts - Rezepturen - Anwendung*, Urban & Fischer bei Elsevier, 2006
10. Jäger, Eckehart J. (Hrsg.): *Rothmaler - Exkursionsflora von Deutschland. Gefäßpflanzen: Grundband*, Spektrum Akademischer Verlag, 2011
11. Düll, Ruprecht; Kutzelnigg, Herfried: *Taschenlexikon der Pflanzen Deutschlands und angrenzender Länder: Die häufigsten mitteleuropäischen Arten im Portrait*, Quelle & Meyer, 2011
12. Storl, Wolf-Dieter: *Borreliose natürlich heilen: ethnomedizinisches Wissen, ganzheitliche Behandlung und praktische Anwendungen*, AT-Verlag, 2007
13. Feder, Jürgen: *Feders fabelhafte Pflanzenwelt: Auf Entdeckungstour mit einem Extrembotaniker*, Rowohlt Taschenbuch, 2014