

Naturheilkunde Die wichtigsten Heilpflanzen

☐ Artischocke

Die heilsamen Eigenschaften der Artischocke waren schon in der Antike bekannt. Sowohl bei Griechen als auch bei Römern erfreute sie sich großer Beliebtheit. Bereits im 4. Jahrhundert nach Christus war sie als Heilpflanze anerkannt.

Ursprünglich stammte die Artischocke aus den warmen Regionen Nordafrikas. Von dort fand sie ihre Verbreitung im gesamten Mittelmeerraum.



Artischocke (*Cynara scolymus*)

Die Blätter und Wurzeln werden zur Behandlung von Verdauungsstörungen (Völlegefühl, Blähungen und Übelkeit), rheumatischen Beschwerden und zur Harnsteigerung eingesetzt.

Artischockenextrakt besitzt darüber hinaus die Fähigkeit, einen zu hohen Cholesterinspiegel senken zu können. Die Artischocke stellt somit ein natürliches Mittel dar, das zum Schutz vor Arteriosklerose und ihrer typischen Folgeerkrankungen wie Herzinfarkt und Schlaganfall beitragen kann.

Die wissenschaftliche Untersuchung der Artischocke begann erst im 20. Jahrhundert. Heute gehört die Artischocke zu den am besten erforschten Heilpflanzen.

Für den Extrakt aus den großen Grundblättern wurden bisher galletreibende, verdauungsfördernde, cholesterinsenkende, antioxidative und leberschützende Wirkungen nachgewiesen.

Störungen der Fettverdauung, Senkung erhöhter Blutfettwerte

Artischocke regt den Gallenfluss an und normalisiert eine gestörte Fettverdauung. Unangenehme Oberbauchbeschwerden, Blähungen und Völlegefühl gehen zurück. Gleichzeitig wird die Leber entlastet. Erhöhtes Cholesterin kann gesenkt werden.



Gesundheitshilfe informiert!

Überreicht von:

Patienteninformation der Deutschen Gesundheitshilfe

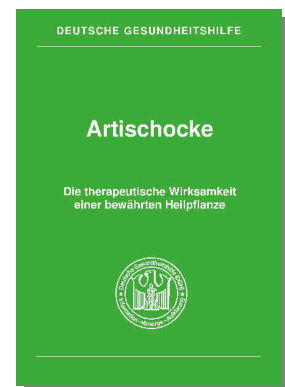
Weitere Informationen

Informationen zu weiteren Heilpflanzen finden Sie auf der Internetseite der Deutschen Gesundheitshilfe unter:

<http://www.gesundheitshilfe.de/gesundheit-az/naturheilkunde/>

Mehr zum Thema finden Sie auch in dem 8-seitigen Ratgeber der Deutschen Gesundheitshilfe, den Sie kostenlos herunterladen können:

<http://www.gesundheitshilfe.de/medien/broschueren/artischocke/>



Quellenangaben: „Artischocke - Die therapeutische Wirksamkeit einer bewährten Heilpflanze“ (Deutsche Gesundheitshilfe)
Auszüge: Informationsbroschüre zum Apothekergarten der Stadt Gütersloh (u.a. unter Schirmherrschaft der Deutschen Gesundheitshilfe). Bild: Klosterfrau-Bilddatenbank.

Wichtiger Hinweis: Diese Information gibt Hilfestellungen und Anregungen für Ihre Gesundheit. Sie kann und soll das Gespräch mit Ihrem Arzt oder Apotheker aber nicht ersetzen und ist insbesondere nicht als Anleitung zur unkontrollierten Selbstbehandlung gedacht. Für Diagnose und Therapie Ihrer Krankheiten ist grundsätzlich der Arzt zuständig. Verordnete Arzneimittel und Behandlungsmaßnahmen dürfen Sie auf keinen Fall ohne Rücksprache mit Ihrem Arzt ändern oder absetzen. Lesen Sie vor einer Medikamenteneinnahme immer den Beipackzettel. Bei allen Fragen wenden Sie sich bitte stets an Ihren Arzt oder Ihre Apotheke.

Achtung: Bitte pflücken Sie Heilpflanzen niemals selbst, wenn Sie sich nicht absolut sicher sind. Verschiedene Heil- und Giftpflanzen sehen sich sehr ähnlich, so dass hier die Gefahr der Verwechslung besteht. Dies kann insbesondere für Kinder und ältere Menschen sehr gefährlich sein. In Ihrer Apotheke erhalten Sie Heilkräuter in gesicherter Qualität.