

Arzneipflanze des Jahres 2010

Der Efeu

Der Efeu ist eine weit verbreitete allseits bekannte Kletterpflanze. Seine Heilwirkung geht auf den Inhaltsstoff der Saponine zurück.

Saponine wirken schleimlösend, entzündungshemmend, harntreibend und hormonstimulierend. Sie binden Cholesterin und unterstützen die Aufnahme wichtiger Inhaltsstoffe aus dem Darm.

Saponine sollten nicht in die Blutbahn gelangen, da sie rote Blutkörperchen zerstören.

Extrakte aus Efeublättern werden vor allem eingesetzt bei

- Akuten Entzündungen der Atemwege
- Chronisch-entzündlichen Bronchialerkrankungen
-

Achtung! Alle Pflanzenteile sind giftig. Ihr Verzehr führt zu Übelkeit, Erbrechen, Durchfall und Krämpfen. Bei übermäßigem Verzehr kann es zum Atemstillstand kommen. Weiterhin können bei Hautkontakt Allergien auftreten