



Die Naturlider Artischocke sind Blätter in Stücken zur Zubereitung als Aufguss oder Sud. Artischocke erhöht die Produktion oder Synthese von Galle in der Leber und begünstigt deren Ausscheidung aus der Gallenblase, schützt die Leber, senkt die Triglyceride im Blut, senkt den Cholesterinspiegel, wirkt harntreibend und antiödematös.

DESCRIPCIÓN

Was ist die Naturlider Artischocke?

Die Artischocke oder *Cynara Scolymus*, ist eine krautige Pflanze, deren Früchte essbar sind. In Lebensmitteln wird hauptsächlich das zarte und fleischige Gefäß verwendet.

Zur Zubereitung von Aufgüssen werden die im ersten Jahr oder am Ende der Blüte im Sommer gesammelten Blätter verwendet.

Was sind die Wirkstoffe von *Alcachofera* Naturlider?

- Zahlreiche Polyphenolsäuren:
 - Von Zimtsäure abgeleitete Phenolsäuren (2%): Cynarin (Diester der Kaffee- und Chinasäure: 1,5-O-Dicafeylchinasäure), Kaffee-, Chlorogen-, Neochlorogen-, Kryptochlorogen-, China-, Caffeoylechin-, Dicaffeoylchininsäure usw.
 - Organische Säuren: Alpha-Hydroxymethylacrylsäure, Apfel-, Zitronen-, Bernstein-, Milch-, Fumar-, Glykol-, Glycerinsäure usw.
- Sesquiterpenlactone oder Bitterstoffe: Cynaropicrin, Cinaratriol, Dehydrocinaropicrin und Grosheimin. Auch ein Sesquiterpenlacton aus der Gruppe der Guaianolide, das dem im Löwenzahn vorkommt, wurde nachgewiesen.
- Flavonoide (0,1-1 %): Apigenin, Luteolin, von Luteolin abgeleitete Heteroside: Cynarosid, Scolimosid, Cinarathrosid und Rutin.
- Schleim, Pektin, Inulin.
- Phytosterine: B-Sitosterin, Stigmasterol.
- Triterpenalkohole (Taraxasterol, Pseudotaraxasterol).
- Ätherisches Öl: Muurolen, Beta-Selinen, Caryophyllen, Alpha-Humulon, Alpha-Cedren.
- Steroidale Sapogenine.
- Tannine.
- Mineralsalze reich an Kalium, Magnesium, Eisen, Phosphor, Mangan, Kalzium, Natrium und Kupfer.





- Vitamine (A, B1, B2 und C).
- Enzymkomplex (Oxidasen, Peroxidasen, Katalasen, Kinasen, Ascorbinasen).
- Es gibt sehr aktive Oxidasen in den Artischockenblättern, die die O-Dihydroxyphenol-Derivate (Cynarin, Flavonoide) während des Trocknens abbauen, was die Dunkelfärbung der Pflanze erklärt, wenn das Trocknen nicht schnell erfolgt. Die Trocknungstemperatur sollte nicht höher als 40 °C sein.

Wozu dienen Artichofera Naturlider Aufgüsse?

Artischockenaufgüsse werden verwendet, um:

- Hepatobiliäre Erkrankungen wie Fettleber, träge Gallenblase, Cholelithiasis...
- Um den Cholesterinspiegel zu senken.
- Bei Verdauungsstörungen nach einer fettreichen Mahlzeit.
- Für Anorexie.
- Für Diabetiker, da es einen hohen Inulingehalt hat, der beim Abbau keine Glukose erzeugt und eine ausreichende Versorgung der Ernährung mit Kohlenhydraten ermöglicht.
- Um den Blutdruck zu senken.
- In Fällen, in denen es zu Flüssigkeitsretention kommt, da es sich um eine harntreibende Pflanze handelt.
- Bei Übergewicht und Cellulite.
- Zur Behandlung von Gicht.
- Bei Verstopfung.
- Kopfschmerzen oder Kopfschmerzen.

Hat die Artischocke Kontraindikationen?

- Es ist kontraindiziert, wenn eine Überempfindlichkeit gegen die Artischocke besteht. Wobei man bedenken muss, dass die Artischocke nicht giftig ist.
- Es sollte nicht eingenommen werden, wenn die Gallenwege verstopft sind, da es den Zustand verschlimmern könnte, indem es die Sekretion der Galle anregt.
- Während der Stillzeit wird es nicht empfohlen, da die Bitterstoffe der Artischocke in die Milch übergehen und ihr einen schlechten Geschmack verleihen können.
- Es wird während der Schwangerschaft nicht empfohlen.
- Bei Gallensteinleiden sollte es nur unter ärztlicher Aufsicht eingenommen werden.





Hat die Naturlider Artischocke Wechselwirkungen?

Die Artischocke als Aufguss kann die Wirkung von Antidiabetika verstärken.

Und aufgrund seiner harntreibenden Wirkung kann es Wechselwirkungen mit Analgetika und entzündungshemmenden Mitteln verursachen, es kann Medikamente zur Senkung des Blutdrucks beeinträchtigen, es kann die Lithiumtherapie verstärken, die bei akuten Depressionen eingenommen wird, und es kann gegebenenfalls den Kalziumspiegel senken mit Kortikosteroiden behandelt zu werden.

Hat Artischocke Nebenwirkungen?

Die Artischocke kann bei Einnahme hoher Dosen Nebenwirkungen hervorrufen.

Diese Nebenwirkungen können sein:

- Dermatologische Allergien.
- Diplopie auf Augenhöhe.
- Hyperthyreose
- Muskelkrämpfe.
- Hypokalzämie.

Wie kann ich Alcachofera Naturlider anwenden?

Als Aufguss: 1 Teelöffel Pflanze pro Tasse geben. Kochendes Wasser zugeben, 5-10 Minuten stehen lassen und filtrieren.

Dekokt (Wurzel, Stängel): Gießen Sie die Pflanze in kochendes Wasser, kochen Sie sie 2-5 Minuten lang, lassen Sie sie 5-10 Minuten stehen und filtern Sie sie mit einer Rate von 1 Teelöffel pro Tasse.

