



## Rhabarberwurzel

### Drogenbezeichnung:

Radix Rhei

### Volkstüml. Namen:

Barbarawurzel, Kelembak, chinesischer oder echter Rhabarber

### Stammpflanze:

Rheum palmatum L.

### Botan. Pflanzenfamilie:

Knöterichgewächs - Polygonaceae

### Verwend. Pflanzenteile:

Wurzel

### Herkunftsländer:

China, Europa

### Inhaltsstoffe:

Antrachinonglykoside, Gallotanningerbstoffe, Flavonoide

### Anwendung:

Magen- Darmbeschwerden (niedrig dosiert!), Appetitanregung, Abführmittel, Bittermittel, Gurgelmittel bei Zahnfleischentzündungen

### Zubereitung:

½ gestrichenen Teelöffel Rhabarberwurzel mit ¼ lt. kochendem Wasser übergießen, 10 - 15 Minuten ziehen lassen, abends vor dem Schlafen gehen eine Tasse trinken. Die Wirkung tritt nach 8-12 Stunden ein. Bei krampfartigen Magen-Darmbeschwerden ist eine Dosisreduktion erforderlich.

### Besondere Warnhinweise:

Ohne Rücksprache mit dem Arzt nicht länger als 1-2 Wochen anwenden!

Nicht einnehmen während der Schwangerschaft und Stillzeit, bei akut-entzündlichen Darmerkrankungen, Darmverschluss, Schmerzen unbekannter Ursache im Bauchraum und bei Kindern unter 10 Jahren.

Rhabarber kann bei empfindlichen Personen Haut und Schleimhäute (auch im Darm, vor allem aber im Mund) reizen.

### Tipp:

#### Rhabarber-Erdbeermarmelade (für Diabetiker geeignet)

Zutaten für 4 Gläser zu 250g

300 g Erdbeeren, 300 g Rhabarber, 500 g Fruchtzucker

5 g Zitronensäure, 3 ½ Esslöffel flüssiges Geliermittel

#### Zubereitung

Die Erdbeeren waschen und - je nach Größe - halbieren oder vierteln, den Rhabarber in kleine Stücke schneiden. Die Früchte mit dem Fruchtzucker und der Zitronensäure unter Rühren zum Kochen bringen und etwa zehn Minuten durchkochen lassen. Das Geliermittel hineinrühren und noch einmal aufkochen lassen. Die Marmelade heiß in die ausgespülten Gläser füllen und fest verschließen.

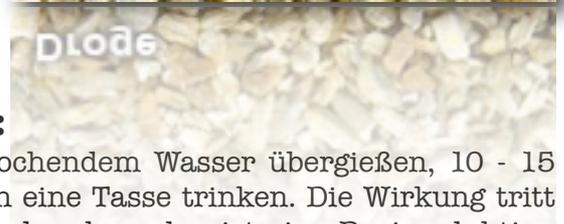
Hinweis für Diabetiker: Pro 40 g: 0 g Eiweiß, 0 g Fett, 12 g Kohlenhydrate, 230 kJ / 55 kcal, 1 Proteineinheit



Pflanze



Droge



Droge