



Süßholzwurzel

Drogenbezeichnung:

Liquiritiae radix

Volkstüml. Namen:

Lakritze, Spanisches Süßholz, Deutsches Süßholz

Stammpflanze:

Glycyrrhiza glabra L.

Botan. Pflanzenfamilie:

Schmetterlingsblütengewächse - Fabaceae
(Leguminosae)

Verwend. Pflanzenteile:

Wurzel, Süßholzsaft

Herkunftsländer:

Balkanländer, Mittel- und Südrussland, Ural,
Kaukasus, Spanien, Frankreich, Italien, Kleinasien

Inhaltsstoffe:

Saponine (Glycyrrhizin), Sterole, Flavonoide,
Cumarine



Pflanze



Droge

Anwendungsbereiche:

innerlich: bei Katarrhen der oberen Luftwege (schleimlösend) und bei krampfartigen Beschwerden im Magen-Darm-Trakt (auch bei chronischer Gastritis und zur Abheilung von Magengeschwüren)

äußerlich: zum Gurgeln und Spülen bei Entzündungen im Mund- und Rachenbereich

Teezubereitung:

1 Teelöffel Süßholzwurzel mit einem $\frac{1}{4}$ lt. kochendem Wasser überbrühen, 5 Minuten kochen lassen und nach dem Abkühlen abseihen. Jeweils nach den Mahlzeiten 1 Tasse davon trinken.

Teemischung gegen Bronchitis und Husten:

20g Süßholzwurzel

20g Isländisches Moos

10g Spitzwegerichblätter

10g Hagebutten ohne Kerne

1 Teelöffel der Mischung mit einem $\frac{1}{4}$ lt. kochendem Wasser überbrühen, 5 Minuten kochen lassen und nach dem Abkühlen abseihen. 2-3 Tassen über den Tag verteilt trinken.

Teemischung gegen Magenbeschwerden:

20g Süßholzwurzel

20g Kamillenblätter

5g Pfefferminzblätter

5g Tausendguldenkraut

5g Melissenblätter

1-2 Teelöffel der Mischung mit einem $\frac{1}{4}$ lt. kochendem Wasser überbrühen, 5 Minuten kochen lassen und nach dem Abkühlen abseihen. Jeweils nach den Mahlzeiten 1 Tasse davon trinken.

Besondere Warnhinweise:

* Bei Überdosierung sowie Einnahme über einen längeren Zeitraum (4-6 Wochen) kann es zu schweren Störungen des Mineralstoffhaushaltes kommen (erniedrigte Kalium- und erhöhte Natriumwerte), welche sich als Wassereinlagerungen im Gewebe (Ödemen), Bluthochdruck, Herzrhythmusstörungen und Muskelschwäche äußern (kaliumreiche Kost empfehlenswert z.B. Bananen)!

* Auch von übermäßigem Verzehr lakritzhaltiger Süßwaren ist abzuraten!

* Gegenanzeigen: cholestatische Lebererkrankungen, Leberzirrhose, Bluthochdruck, Hypokaliämie, schwere Niereninsuffizienz, Schwangerschaft!

* bei längerer Anwendung Wechselwirkungen mit einigen Arzneimitteln (z.B. Herzglykosiden oder Blutdruckmitteln) möglich! Fragen Sie dazu Ihre(n) Arzt/Ärztin oder ApothekerIn!