INULA HELENIUM

Carolina Gisel Matti

STECKBRIEF

Name	Inula helenium / Alant
Familie	Asteraceae / Korbblütler

Der Alant gehört zu den ältesten bekannten Heilpflanzen. In der Antike wurde der Echte Alant als "Helenion" bezeichnet und gegen Husten, Krämpfe, Blähungen und Magenschwäche verwendet. In der mittelalterlichen Heilkunde spielte der Alant eine grosse Rolle, besonders in Form des Alantweines. Der Echte Alant galt als Mittel des Abwehrzaubers und wurde als Mittel gegen die Pest eingesetzt.

Verwendete Droge	Helenii rhizoma / Alantwurzelstock, Alantwurzel
Inhaltsstoffe	Sesquiterpenlactone (Bitterstoffe), Ätherisches Öl, Polyacetylene, Sterole
Wirkungen	Auswurffördernd, desinfizierend
Indikationen	Katarrh, Husten, Reizhusten
Unerwünschte Wirkungen	Reizt die Schleimhäute, löst allergische Kontaktdermatitis aus, in höherer Dosierung toxisch
Zubereitung und Dosierung	Helenii extractum liquidum (Alantwurzelstockfluidextrakt), als Aufguss Teebereitung: 1 Teelöffel geschnittener Alantwurzel mit einer Tasse heissem Wasser übergiessen, nach 10 min abseihen, mehrmals täglich 1 Tasse trinken
Produkte	**Hederix, Suppositorien (für Erwachsene, für Kinder 6-12 J., für Kinder 2-6 J.)** Wirkstoffe: Noscapini hydrochloridum, Hederae helicis folii extractum liquidum, Marrubii vulgaris extractum liquidum, Helenii extractum liquidum, Polygalae extractum liquidum, Iridis extractum liquidum Firma: Medicoss AG Abgabekategorie: D Gruppe: Erkältungsmittel: Antitussiva und Expectoranzien

BOTANIK

Echter Alant (syn. Brustalant, Grosser Heinrich, Helenenkraut, Schlangenwurz).

Vorkommen	Klein- und Zentralasien, Spanien
Umgebung	Leicht feuchte, halbschattige Standorte
Wuchshöhe	2 m
Wurzelstock	Stark, aromatischer Geruch
Blätter	50 cm lang, auf der Unterseite mit Filzhaaren besetzt
Blüten	Gelb

Quellen: www.pharmawiki.ch, www.awl.ch