CINNAMOMUM VERUM

Carolina Gisel Matti

STECKBRIEF

Name	Cinnamomum verum / Zimt, Zimtbaum
Familie	Lauraceae / Lorbeergewächse

In der Lebensmittelindustrie wird statt echtem Zimt vornehmlich der Chinesische Zimtbaum (Cinnamomum cassia) verwendet. Problematisch ist sein erhöhter Gehalt an Cumarin gegenüber dem echten Zimt.

Verwendete Droge	Cinnamomi cortex / Zimtrinde (die getrockneten, vom äusseren Kork und darunter liegenden Schichten befreite Rinde)
Inhaltsstoffe	Bis zu 4% ätherisches Öl mit 42 bis 68% Zimtaldehyd als wertbestimmendem Bestandteil. Daneben kommt etwa 5% Eugenol vor. Ausserdem sind über 70 weitere Verbindungen identifiziert worden.
Wirkungen	appetitanregend und verdauungsfördernd
Indikationen	ESCOP, Kommission E: Bei Appetitlosigkeit, bei dyspeptischen Beschwerden wie leichten krampfartigen Beschwerden in Magen-Darm-Bereich, bei Völlegefühl und Blähungen. Vom HMPC wurde die Zimtrinde als traditionelles pflanzliches Arzneimittel eingestuft. Homöopathie: Cinnamomum zeylanicum (syn. Cinnamomum) HAB1, die von den äusseren Teilen befreite Rinde junger Schösslinge. Anwendungsgebiet: nervöse Störungen, Gebärmutterblutungen.
Kontraindikationen	Keine bekannt.
Unerwünschte Wirkungen	Keine bekannt.
Interaktionen	Keine bekannt.
Zubereitung und Dosierung	Zerkleinerte Zimtrinde für Teeaufgüsse (Magentee), pulverisierte Zimtrinde in Kapseln, alkoholische Auszüge (auch Tinktur) in Tropfen und anderen Flüssigkeiten. Teeaufguss von Zimtrinde: Tagesdosis 2 bis 4 g Zimtrinde.

BOTANIK

Vorkommen	Sri Lanka (Ceylon), in Höhenlagen zwischen 900 und 2000 m . Heute wird die Art in vielen tropischen Ländern angebaut.
Wuchshöhe	6 – 12 m.
Äste	Zylindrisch mit braungrauer Rinde.
Blätter	Gegenständig, anfangs rot, später grün, oberseits glänzend, derbledrig, bis max. 23 cm lang und ca. 5 cm breit. Ihre Form ist rundlich eiförmig, oval-elliptisch bis länglich.
Blüten	Klein, weiss und rispig.
Früchte	Eichelähnlich.

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