

Kraut des Monats: Schwarzkümmel

Karl der Große schätzte den zu den Hahnenfußgewächsen zählenden Schwarzkümmel (*Nigella Sativa*) noch als wirksame Arznei und schmackhaftes Gewürz. Er befahl den Anbau. Heute sind die bis zu 30 cm hohen Pflanzen bei uns verwildert. Schwarzkümmel wird heute vor allem im Nahen Osten (Ägypten) und einigen Mittelmeerländern angebaut.

Es handelt sich bei Schwarzkümmel um ein Komplexmittel mit mehr als 100 Wirkstoffen, die synergetisch zusammenwirken. Davon sind einige noch nicht genauer bekannt. Trotzdem lässt sich schon jetzt sagen, dass das Ergebnis der bisherigen Studien in den USA und Europa die Erwartungen übertroffen hat. Dies betrifft vor allem die Wirkung auf das Immunsystem und damit z.B. auf Allergien. Dies liegt u.a. an den mehrfach ungesättigten Fettsäuren, die im Schwarzkümmelöl in hoher Konzentration enthalten sind. Aus diesen Grundbausteinen werden im Organismus bestimmte Gewebshormone gebildet, die nicht nur entzündungshemmend und bronchienerweiternd wirken, sondern auch einen regulierenden und harmonisierenden Einfluss auf das Immunsystem haben. Die "Volksmedizin" kennt das Öl, gewonnen aus dem reifen Samen, als sehr wirksam bei Darmproblemen (besonders Blähungen) sowie bei Bronchialerkrankungen.

(Quelle: Das große Schwarzkümmel-Handbuch)

Gerade in der Übergangszeit ist das Immunsystem gefordert. Unterstützen sie Ihren Hund mit dem Schwarzkümmelöl von

Masterdog. Artikelnummer: 8459.

Masterdog Die Futterexperten

Katherine Samo

Onlineredaktion



Schwarzkümmelsamen

Quelle: © darknightsky - Fotolia.com