

# Ginkgo Biloba



Antje Görlach

Fach-PTA für Homöopathie und Naturheilkunde

Der Ginkgo-Baum, auch Lebensbaum genannt, gehört zu den ältesten Pflanzen der Welt.

Fossilfunde belegen, dass Ginkgo-Pflanzen bereits vor 300 Millionen Jahren existierten und sich seitdem nur wenig verändert haben. Der „Vater aller Bäume“ ist robust und wächst rasch. Das „lebende Fossil“ Ginkgo ist eine Pflanze voller Besonderheiten: Er sieht aus wie ein Laubbaum, gehört botanisch gesehen jedoch zu den Nadelhölzern.

Seine Blättchen sind als Glückssamulett beliebt. Sie sind zartgrün und wie ein zweigeteilter Fächer geformt, was dem Baum letztlich seinen vollständigen Namen verlieh: Ginkgo biloba. Biloba steht für die Zweilappigkeit des Blattes. So steht das Blatt aufgrund seiner Zweiteilung in der chinesischen Philosophie u.a. für Yin (Sanfttheit) und Yang (Lebenskraft).

Zudem ist Ginkgo eine Pflanze, die schon über Jahrtausende hinweg als Heilpflanze verwendet wird. Verantwortlich dafür sind unter anderem Ginkgolide, Terpenlactone und Flavonoide. Diese wertvollen Pflan-

zenstoffe regen die Durchblutung an, insbesondere die im Gehirn, wodurch Gedächtnis und Lernvermögen verbessert werden können. Zudem schützen sie vor freien Radikalen, die die Zellen schädigen.

In mehreren kontrollierten klinischen Studien konnte die Wirksamkeit von Ginkgo-Extrakten bei der Behandlung von Patienten mit Demenz, Tinnitus und peripheren Durchblutungsstörungen belegt werden. Dazu zählen auch Arteriosklerose und gefäßbedingte Seh- und Hörstörungen.

Als traditionelles pflanzliches Arzneimittel können pulverisierte Ginkgo-Blätter



## Steckbrief

### Anwendung:

Alzheimer, Demenz, Arteriosklerose, arterielle Verschlusskrankheiten, Schmerz, Durchblutungsstörungen, altersbedingte Gedächtnis- und Konzentrationsbeschwerden, Vergesslichkeit, Schwindel, durchblutungsbedingter Tinnitus

**Wirkung:**  
antioxidativ, durchblutungsfördernd, membranstabilisierend

**Inhaltsstoffe:**  
Flavonoide, Ginkgolide, Terpen-lactone

**Alternative Namen:**  
Lebensbaum, Fächerblattbaum, Mädchenhaarbaum, Elefantenohrbaum, Tempelbaum, Entenfußbaum, Goethebaum

etwa bei schweren Beinen, kalten Händen und Füßen im Zusammenhang mit leichten Durchblutungsstörungen angewendet werden. Voraussetzung: Der Arzt hat eine ernsthafte Erkrankung als Ursache der Beschwerden ausgeschlossen.

Um eine Wirkung zu gewährleisten, wird die Anwendung von Ginkgo-Fertigpräparaten empfohlen. Sie enthalten einen speziellen Trockenextrakt aus den Blättern der Heilpflanze. ▲