

# Jiaogulan

*Von Dr. Detlef Eichberg*



Die treuen Leser meiner wöchentlichen Informations- und Meinungs-Absonderungen an dieser Stelle werden sich erinnern, dass ich neuen „Hit’s aus der Naturheilkunde“, die reißerisch beworben werden, kritisch gegenüber stehe. Dieserhalb und deswegen habe ich erst mal einen Selbstversuch über ein halbes Jahr mit einem konzentrierten Extrakt der obig erwähnten Pflanze unternommen, um die durch mannigfaltige Versprechen hoch gehängte Messlatte an Erwartungen zu überprüfen. Somit kann ich nunmehr guten Gewissens eine positive Bewertung vorweg nehmen: Jiao Gu Lan („Dschiaugulan“), die in Zentralchina beheimatete „Gewundene Ranken-Orchidee“, hat nicht nur in der Theorie wissenschaftlicher Untersuchungen eine dem Ginseng überlegene Wirkung, der Extrakt scheint in meinem Fall subjektiv meinen Schutz vor Keimen aller Art, sozusagen an der vordersten Front in der Apotheke, erhöht zu haben. Dies wiederum könnte an den sogenannten Adaptogenen liegen, von denen Jiaogulan dreimal mehr aufweist als Ginseng. Adaptogene sind Stoffe, die stressbedingte Schieflagen im Bereich Immunsystem, Herz-Kreislauf, freie Radikale und Depressionen wieder harmonisieren. Somit erklärt sich eine Verbesserung der Abwehrkräfte, Vorbeugung gegen Krebserkrankungen, Erhöhung der psychischen und körperlichen Belastbarkeit, Stärkung der Herzkraft und eine verbesserte Entgiftung des Organismus. Bezüglich der Bewerbung einer Blutzucker- und

Cholesterin-senkenden Einflussnahme ist allerdings Skepsis angebracht: Meine erhöhten Cholesterinwerte und der Blutzucker bei Diabetikern, die den Selbstversuch mit mir zusammen durchgeführt haben, hatten sich nach einem halben Jahr Einnahme des Extraktes nicht wesentlich gebessert.

Alles in allem jedoch bin ich aufgrund meiner persönlichen Erfahrung von diesem auch als „Aufbaumittel“ zu bezeichnenden Pflänzchen recht angetan.