

Blasentang

Blasentang ist schon lange als Heilpflanze bekannt

Der Blasentang (andere Namen sind auch Meereiche, Seetang, Kelb, Seeeiche) ist eine Algenart, die teils über einen Meter lang wird, verfügt über einen flachen Stamm, der auch Thallus genannt wird. Dieser ist stark in Gabelform verästelt und in der Mitte finden sich luftgefüllte Schwimmblasen, die oft paarweise auftreten. Sie sorgen für die Aufrechterhaltung des Stammes.

Frischer Blasentang weist eine olivbraune bis gelblichbraune Farbe auf und kann erst nach einer gewissen Vorbehandlung verwendet werden. Dabei wird allerdings nur der Stamm selbst genutzt, der von anhängenden Muscheln befreit, in Süßwasser gewaschen und sofort bei 60° C getrocknet werden muss.

Größtenteils tritt diese Heilpflanze, die über einen recht hohen Jodgehalt verfügt, an den Küsten des Atlantik und des Stillen Ozeans auf.

Der Blasentang ist reich an Jod, Mineralien und Spurenelementen.

Das Jod, das auch in vielen anderen Algen enthalten ist, regt die Schilddrüse an. Algen haben eine Wirkung, die das Wohlbefinden steigern und Kraft spenden. Sie befreien den Organismus von Schlacken und Giften. Bei Abmagerungskuren werden sie eingesetzt, da man ohne zu ermüden schlanker wird. Außerdem beugen sie Calcium-, Magnesium- und anderen Mineralsalzverlusten vor.

Hauptsächlich findet der Blasentang heute Anwendung als Nahrungsergänzungsmittel bei Schilddrüsenunterfunktionen, aber auch in der Diätindustrie ist er häufig anzutreffen. Man sagt ihm hier eine entschlackende Wirkung nach, die jedoch wissenschaftlich nicht bewiesen ist. Bei längerer Einnahme können zudem Nebenwirkungen wie Akne, Störungen der Schilddrüsenfunktionen, Jodallergie und sogar Störungen bei der Aufnahme von Eisen auftreten.

Deshalb wird der Blasentang auch nicht für Schwangere oder Kinder empfohlen, denn teils können hier auch Giftstoffe, wie Schwermetalle in zu hoher Konzentration vorliegen. Und das ist schließlich schädlich für jede werdende Mutter und jedes Kind, da der Körper diese nicht bzw. nicht ausreichend abbauen kann.

Weil der Blasentang zudem über einen recht hohen Natriumgehalt verfügt, kann die dauerhafte Einnahme bzw. die zu hohe Dosierung auch zur Erschwerung von Behandlungen führen, die den Blutdruck senken sollen.

Mit seinen großen Brüdern aus der Familie der Braunalgen, den bis zu 40 bis 60 Metern großen Kelp, kann der Blasentang mit seinen 30 bis 100 Zentimetern zwar nicht mithalten. In seiner Heimat entlang der Küsten von Nord- und Ostsee sowie des gesamten Atlantischen und Pazifischen Ozeans ist er aber für viele Lebewesen ganz groß. Besonders in der Ostsee, wo sich der Blasentang im Flachwasserbereich auf steinigem oder felsigem Untergrund zu weitläufigen Algenwiesen formiert, besitzt er nämlich eine bedeutende Rolle als Lebensraum für andere Meeresbewohner. Eine einzige Blasentangepflanze beherbergt etwa 300 Kleinstlebewesen (Muscheln, Flohkrebse, Schnecken, Würmer, Krabben, Seepocken etc.). Auch manche Fischarten wie beispielsweise Hecht oder Hering nutzen die dichten Algenwiesen als Versteck oder Laichsubstrat.

Aufgrund seiner zahlreichen Inhaltsstoffe wird der Blasentang schon lange zu medizinischen Zwecken genutzt. Vor der Entdeckung natürlicher Jodsalze diente er als Hauptquelle zur Jodgewinnung und damit zur Behandlung von Schilddrüsenunterfunktion, Kropfbildung und Adipositas (Fettsucht). Wegen seiner stimulierenden Wirkung auf Schilddrüse und Stoffwechsel ist der Blasentang auch heute noch Bestandteil vieler Schlankheitsmittel.

Aufgrund seines hohen Jodgehaltes wurde Blasentang lange zur Kropfbehandlung eingesetzt. Des Weiteren findet er Anwendung bei der Linderung von Beschwerden, die durch rheumatische Arthritis verursacht werden. Da vermutet wurde, dass die Wirkstoffe des Blasentangs den Grundumsatz erhöhen, wurde er seit der Mitte des 19. Jahrhunderts auch zur Behandlung von Adipositas eingesetzt. Noch heute ist Blasentang daher Bestandteil vieler Schlankheitsmittel. Des Weiteren wird Blasentang bei Behandlung von Sodbrennen und als Abführmittel genutzt. Gegenanzeigen für den Einsatz von Blasentang sind Schilddrüsenüberfunktion, Herzerkrankungen und Schwangerschaft.

Wirkung und Anwendung von Blasentang

- Fettsucht
- Schilddrüse
- Kropf
- Stoffwechselerkrankungen
- Arteriosklerose
- Extreme Schweissbildung
- Verhütung und Behandlung von endemischem Kropf

Medizinische Nutzung

Blasentang enthält Schleimstoffe, Algin, Mannitol, Beta-Carotin, Zeaxanthin, Iod, Brom, Kalium, ätherische Öle und sonstige Mineralstoffe.

In Japan wird die Alge gewöhnlich als Gemüse serviert. In Europa wird Blasentang in der Lebensmittelindustrie als Zusatz und Aromastoff verwendet.

Aufgrund seines hohen Jodgehaltes wurde Blasentang lange zur Kropfbehandlung eingesetzt. Des Weiteren findet er Anwendung bei der Linderung von Beschwerden, die durch rheumatische Arthritis verursacht werden. Da vermutet wurde, dass die Wirkstoffe des Blasentangs den Grundumsatz erhöhen, wurde er seit der Mitte des 19. Jahrhunderts auch zur Behandlung von Adipositas eingesetzt. Noch heute ist Blasentang daher Bestandteil vieler Schlankheitsmittel. Des Weiteren wird Blasentang bei Behandlung von Sodbrennen und als Abführmittel genutzt. Gegenanzeigen für den Einsatz von Blasentang sind Schilddrüsenüberfunktion, Herzerkrankungen und Schwangerschaft.