

---

Subject: Brauche Hilfe bei Extrakt bzw. Auszugverhältnis bei Kamillenblütenextrakt

Posted by [Fliesengott](#) on Wed, 22 Feb 2023 17:46:29 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,

ganz kurz zum Grund der Frage:

Es gibt eine Studie, wo mit Erfolg den Studienteilnehmern mit Angststörung 3x täglich eine Kapsel mit je 500mg Kamillenblütenextrakt verabreicht wurden.

Das Extraktverhältnis ist nicht bekannt.

Jetzt zur Frage: ist es sinnvoll, einfach irgendwelche Kapseln mit jeweils 500mg Kamillenblütenextrakt zu nehmen oder alternativ habe ich das Produkt Kamillan supra gefunden.

Davon soll man 4 mal täglich 30tropfen (=4g insgesamt) nehmen.

100g Wirkstoff enthalten: 100g Auszug aus Kamillenblüten (1:1,8-2,1), Auszugsmittel Ethanol 52%.

Ich stehe da bei dem Kamillan Supra etwas aufm Schlauch. Sind die 120tropfen pro Tag gleichwertig wie wenn ich 3x 500mg Kamillenblütenextrakt als Kapsel nehme?

Vielen Dank schonmal fürs Ausrechnen und Erklären.

---