

---

Subject: Silymarin: Egal ob aus Frucht oder Samen der Mariendistel?

Posted by [Fliesengott](#) on Thu, 14 Mar 2024 06:44:05 GMT

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

---

Hallo,

Kurze knackige Frage:

Ist es von der Wirkung egal, ob das Silymarin aus der Frucht oder den Samen der Mariendistel stammt? Gängige Firmen wie Ratiopharm und Stada nehmen die Frucht, andersrum nimmt z.B. Sunday den Samen. Der Gehalt an Silymarin ist jedoch eher beim Samen noch höher.

Und muss es eine bestimmte Gattung der Mariendistel sein?

Vielen Dank.

---