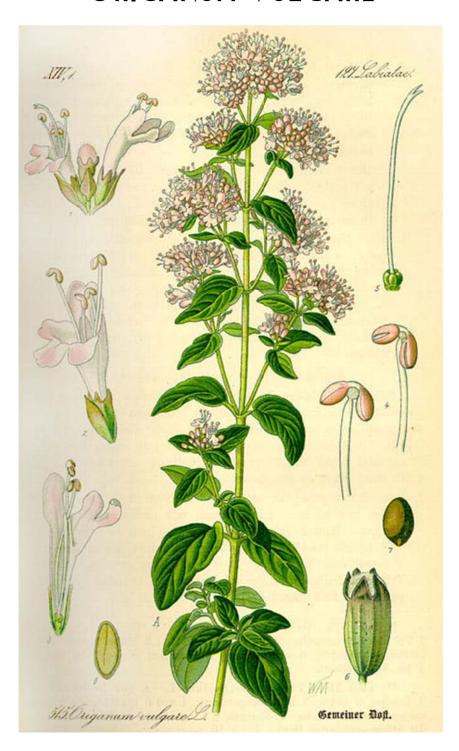


ORIGANUM VULGARE



Carolina Gisel Matti



STECKBRIEF

Name Origanum vulgare / Dost, Wilder Majoran

<u>Familie</u> Lamiaceae / Lippenblütler

Dost oder Wilder Majoran ist ein pflanzliches Arzneimittel, das hauptsächlich als Gewürz und Lebensmittel und selten pharmazeutisch verwendet wird.



Verwendete Droge Origani herba / Dostenkraut. Die von den Stängeln getrennten, getrockneten Blätter

und Blüten.

<u>Inhaltsstoffe</u> Ätherisches Öl (Carvacrol, Thymol), Gerbstoffe, Bitterstoffe.

Wirkungen Antiseptisch, antiviral.

Indikationen Als Gewürz. Die Kommission E bewertet die medizinische Anwendung negativ.

Appetitlosigkeit, Blähungen, Husten, Krampfhusten, Keuchhusten, Menstruationsbeschwerden, Mundentzündungen, Rachenentzündungen, Cellulitis, Ekzeme, Psoriasis,

Verdauungsstörungen.

<u>Kontraindikationen</u> Schwangerschaft (innerliche Anwendung).

<u>Unerwünschte Wirkungen</u> Keine Angaben. Interaktionen Keine Angaben.

Zubereitung und Dosierung Als Gewürz in der Küche nutzen. Der Dost, häufig auch Oregano genannt, wird in der

Heilkunde hauptsächlich als Tee verwendet. Man kann sich jedoch auch eine Tinktur daraus ansetzen und als Hustentropfen oder gegen Menstruationsbeschwerden einsetzen. Äusserlich kann man ihn gegen Wunden einsetzen, hier sind vor allem seine bakterientötenden Eigenschaften hilfreich. Für die äussere Anwendung eignet sich vor

allem das ätherische Öl des Oreganos.

BOTANIK

<u>Vorkommen</u> Man findet ihn vor allem an sonnigen Kalkhängen, Bergwiesen und Kahlschläge. Er

gedeiht in ganz Mittel- und Westeuropa, bis hin nach Osteuropa.

<u>Statur</u> Mehrjährige Pflanze, bis zu 50 cm hoch. Stängel Rötlich überlaufen, wächst aufrecht.

<u>Blätter</u> Wenn die Pflanze genug Platz hat, bilden sich in den Blattachseln zahlreiche Seiten-

triebe.

<u>Blüten</u> Die Blütenstände der rosa- bis weinrot-farbenen Blüten sind doldig und rispenähnlich.

Geschichte

Schmetterlinge und andere Insekten sind ganz begeistert von den Blüten des Oreganos und laben sich zahlreich an ihnen. So leistet der Dost einen wertvollen Beitrag zur Erhaltung der Insektenvielfalt.

Quellen: www.pharmawiki.ch, www.awl.ch, www.arzneipflanzenlexikon.info