ORIGANUM VULGARE

Carolina Gisel Matti

STECKBRIEF

Name	Origanum vulgare / Dost, Wilder Majoran
Familie	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.
Inhaltsstoffe	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.
Kontraindikationen	Schwangerschaft (innerliche Anwendung).
Unerwünschte Wirkungen	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

Vorkommen	Man findet ihn vor allem an sonnigen Kalkhängen, Bergwiesen und Kahlschläge. Er gedeiht in ganz Mittel- und Westeuropa, bis hin nach Osteuropa.
Statur	Mehrjährige Pflanze, bis zu 50 cm hoch.
Stängel	Rötlich überlaufen, wächst aufrecht.
Blätter	Wenn die Pflanze genug Platz hat, bilden sich in den Blattachseln zahlreiche Seitentriebe.
Blüten	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