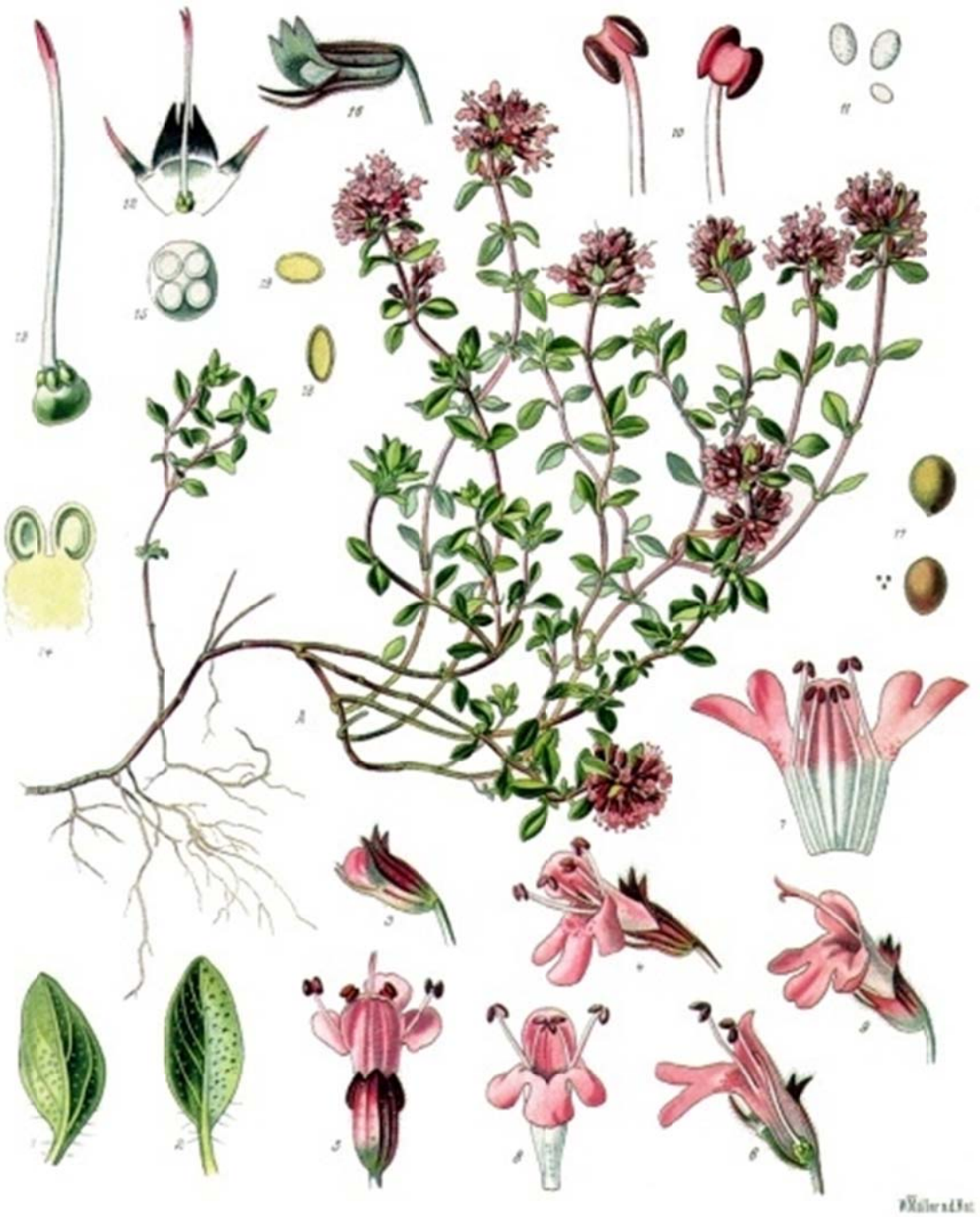
THYMUS SERPYLLUM



Carolina Gisel Matti

STECKBRIEF

Name	Thymus serpyllum / Quendel
Familie	Lamiaceae / Lippenblütler

Quendel riecht charakteristisch würzig nach dem im Kraut enthaltenen ätherischen Öl, dem Quendelöl. Es befindet sich in Drüsenschuppen auf der Blattoberfläche, sodass es frei wird, wenn man durch Reiben diese Drüsen verletzt.

Verwendete Droge	Serpylli herba / Quendelkraut: Die ganzen oder geschnittenen, getrockneten, blühenden oberirdischen Teile.
Inhaltsstoffe	Quendelkraut enthält ätherisches Öl („Quendelöl"), Lamiaceen-Gerbstoffe, Flavonoide und Triterpene.
Wirkungen	Antimikrobiell, krampflösend.
Indikationen	Katarrh, als Gewürz, Katarrhe der oberen Luftwege; als Badezusatz unterstützend bei akuten oder chronischen Erkrankungen der Atemwege.
Kontraindikationen	Keine bekannt.
Unerwünschte Wirkungen	Keine bekannt.
Interaktionen	Keine bekannt.
Zubereitung und Dosierung	Quendelkraut als Tee, auch in Teeaufgussbeuteln, in Mischungen mit anderen Drogen, wässrige Abkochung (Dekokt) **Zubereitung:** 1,5 bis 2 g fein geschnittener Quendel mit 150 mL heissem Wasser übergiessen (nicht kochen!), 10 Min. ziehen lassen und abseihen. **Dosierung:** Fertigarzneimittel: siehe Packungsbeilage; Teeaufguss: mehrmals täglich 1 Tasse frisch bereiteten Quendeltee warm trinken (auch in Mischungen mit anderen Drogen als Husten- und Bronchialtee). Tagesdosis 4 bis 6 g Droge.

BOTANIK

Die Droge des Handels stammt aus der Ukraine und vom Balkan.

Vorkommen	Der Quendel oder Feldthymian wächst in einem ausgedehnten Verbreitungsgebiet in Europa und Asien, in südlichen Ländern allerdings nur im Gebirge. Er wächst auf Sandfluren, Halbtrockenrasen, trockenen Wiesen, in lichten Wäldern und an Wegrändern.
Statur	Aromatischer Zwergstrauch.
Stängel	Niederliegende bis aufsteigende Stängel, am Grunde verholzt.
Blätter	Die kleinen Blättchen sind eiförmig, am Grund bewimpert und stehen kreuzgegenständig am Stängel.
Blüten	Die rosavioletten Blüten stehen in länglich kopfigen Blütenständen (Scheinquirle).
Blütezeit	Je nach Gebiet Mai bis Oktober.

Geschichte

Über die Herkunft des Gattungsnamens *Thymus* ist man sich nicht einig. Er lässt sich auf das griech. 'thymos' (= Mut, Kraft) zurückführen oder auf griech. 'thymiama' (= Räucherwerk), denn der Thymian (*Thymus vulgaris* L.) wurde wegen seines aromatischen Geruchs bei Brandopfern verwendet. Das Artepitheton *serpyllum* leitet sich von lat. ‚serpere' = kriechen ab.

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