

## HYSSOPUS OFFICINALIS



Carolina Gisel Matti



## **STECKBRIEF**

Hyssopus officinalis / Ysop Name Familie Lamiaceae / Lippenblütler

Im Haushalt wird Ysop gerne als Gewürz zu Salaten, Suppen, Fleischspeisen und für Liköre bzw. als Geschmackskorrigens verwendet. Ysop soll insbesondere bei fettigen Gerichten verdauungsfördernd wirken.



Verwendete Droge

Hyssopi herba / Ysopkraut, die getrockneten, während der Blütezeit gesammelten

oberirdischen Teile.

Inhaltsstoffe

Ätherisches Öl (0.3 - 1.0 %) mit 1-Pinocamphon (bis zu 25 %) und Isopinocamphon (bis zu 22 %) als Hauptkomponenten, weiterhin Limonen und Pinen, Flavonoide wie Diosmin (3 - 6 %), Lamiaceen-Gerbstoffe (5 - 8 %) wie Rosmarinsäure und Marrubin (Bitt-

erstoff) und Terpene.

Wirkungen Indikationen Kreislauffördernd, verdauunfsfördernd, durchblutungsfördernd,

Anwendungsgebiete: Zubereitungen aus Ysopkraut werden zur Kreislaufanregung auf natürliche Weise, bei Darmkatarrhen, zur Behandlung von Erkrankungen der Atemwege, Erkältungskrankheiten, Brust- und Lungenleiden, zur Förderung der Durchblutung, zur Verhütung von Frostschäden, Verdauungsstörungen, Darmleiden, Menstrua-

tionsbeschwerden, Herzbeschwerden und Augenschmerzen angewendet. Die Wirksamkeit bei den beanspruchten Anwendungsgebieten ist nicht belegt.

Volkstümliche Anwendungen: Bei Halsentzündungen, Heiserkeit als Gurgelwasser. Innerlich bei Bronchitis, Husten und Asthma, bei chronischem Nasenkatarrh. Früher als Mittel bei Hysterie, Angstzuständen und Petit mal-Anfällen. Die Wirksamkeit bei den beschriebenen Anwendungsgebieten ist nicht belegt.

Kontraindikationen

Keine bekannt.

Unerwünschte Wirkungen **Ysopkraut:** Keine bekannt.

Ysopöl: Es sind 3 Vergiftungsfälle bei Einnahme von 10 bzw. 30 Tropfen bei Erwachsenen sowie 2-3 Tropfen über mehrere Tage bei einem 6-jährigen Kind registriert, die jeweils zu klonischen bzw. klonisch-tonischen Krämpfen führten.

Keine Bearbeitung. Interaktionen

**Zubereitung und Dosierung** 

Da die Wirksamkeit bei den beanspruchten Anwendungsgebieten nicht belegt ist, kann eine therapeutische Anwendung nicht vertreten werden. Gegen die Verwendung von Ysopkraut als Geschmackskorrigens in Teemischungen bis zu 5% bestehen keine Bedenken.



## **BOTANIK**

Pflegeleichte Pflanze für den Garten und den Balkon.

<u>Vorkommen</u> Im Mittelmeergebiet, in Kleinasien, im Iran, am Kaspischen und am Schwarzen Meer

beheimatet. Man findet ihn wildwachsend häufig in den Felsenheiden des Mittelmeerraumes. Manchmal ist die Pflanze bis in die Südalpen zu finden, gelegentlich

sogar in Süddeutschland.

<u>Statur</u> Bis 60 cm hohe Staude oder ein Zwergstrauch.

Äste Zahlreiche aufrechte, selten auch niederliegende, verzweigte, mattbraune Äste mit

abblätternder Rinde.

<u>Blätter</u> Gegenständig und scheinbar quirlig an Kurztrieben angeordnet.

Blüten Fünfzählige Blüten, leuchtendblau oder violett gefärbt, selten weiss oder rosa. 4 bis 16

Blüten sind in einseitswendigen Scheinquirlen zu endständigen, ährigen Blütenstän-

den vereinigt.

<u>Blütezeit</u> Juli bis Oktober.

## Geschichte

Der in der Bibel mehrfach erwähnte Ysop ist nicht mit *Hyssopus officinalis* gleichzusetzen, der in Israel nicht wächst. Vielmehr handelt sich in der Heiligen Schrift um eine Majoran- bzw. Oregano-Art, die jedoch zur selben Unterfamilie wie *Hyssopus officinalis* gehört. Entsprechend beinhaltet das auch heute teilweise als "Biblischer Ysop" verkaufte Gewürz die "Saatar" genannte Mischung.