Schmutz 3.Mai 2014 Küttigen

**Augentrost Euphrasia officinalis, Augenkraut, Augustinuskraut**

Ist ein Rachenblütler Gewächs und kommt in Mittel und Südeuropa vor. Ist eine Halbschmarotzer Pflanze.

Der Augentost war bereits im 12 Jahrhundert als Heilpflanze bekannt.

Gegen Gelbsucht wurde er 4Jahrhundert später empfohlen und von Pfarrer Sebastian Kneipp 1821-1897 schätzte ihn als magenstärkendes Bittermittel.



Der ursprüngliche Griechische Name bedeutet Frohsinn; die deutsche Bezeichnung weisst auf die Bedeutung der Pflanze bei Augen leiden hin.

Abends vor dem Schlafen gehen kann man sich ein in Tee getauchtes Leinentüchlein auf die Augen legen, und zwar so lange, bis es von selber getrocknet ist. Bei empfindlichen Augen soll der Tee vorher verdünnt werden.

Empfohlen bei Entzündungen des Magen-Darm-Trakts.

Vorkommen

Europa und Asien auf Weiden, Wiesen und Hängen.

Beschrieb

30cm Hocher Stängel verzweigt. Blüten weissen mit Gelben Rachen und violetten Ausläufern in beblätterter Traube.



Wirkstoffe

Acubin

Ätherische Öle

Bitterstoffe

Blütenzeit

Juli-September

Eigenschaft

Adstringierend

Schmerzlindernd

Anwendung

Tee

Bei Gastritis, Verdauungsschwäche, Katarrh

Äusserlich

Augenentzündungen, Nasenspülung bei Schnupfen, Gurgeln bei Halsentzündungen.

Zubereitung

1 TL Kraut

1 Tasse heisses Wasser kurz aufkochen sieben. Höchstens 2 Tasse täglich davon trinken.

Umschläge

Tee 1:2 verdünnt täglich 3 mal machen

Vorsicht

Eine Überdosierung ist zu vermeiden. Bei Kindern ist der Augentost ungeeignet.