

**Botanischer Name:** Lycopus europaeus  
**Deutscher Name:** Wolfstrapp  
**Familie:** Lamiaceae ( Lippenblütler)  
**Inhaltsstoffe:** Hydroxyzimtsäurederivate, Flavonoide, Gerbstoffe  
**Verwendete Pflanzenteile:** Kraut  
**Vermehrung:** Samen  
**Sammelzeit:** Juli-September  
**Zubereitung:** 1 (1-2g) gestrichener Teelöffel auf ½ Liter Wasser 5 Minuten ziehen lassen und über den Tag verteilt trinken.

**Geschichte und Herkunft:** Der Wolfstrapp wächst in Mittel, Süd und Osteuropa ausserdem wird er im östlichen Nordamerika angepflanzt. In Amerika wurde die Pflanze vor allem als Beruhigungsmittel in Europa als Fiebermittel eingesetzt. Wolfstrapp wurde als Färberpflanze eingesetzt. Ihr Saft färbt Wolle irreversibel schwarz. Lycopos lucidus der vor allem im Amerikanischen und Asien heimisch ist wird in der Gynäkologie bei Regeltempanomalien eingesetzt.( 6-12g Droge)

**Wirkungsweise:**

*Innerlich:* blutdrucksenkend, antigonadotrop, antithyreotrop

*Äusserlich:* keine

**Verwendung in der Heilkunde:**

*Innerlich:* leichte Formen Schilddrüsenüberfunktion, Bluthochdruck, Mastodynie bei PMS (Achtung bei Absetzen kann es zu erhöhten Brustspannungen kommen)

*Äusserlich:* keine

**Verwendung in der Küche:**

keine

**Warnhinweise:**

*Achtung Droge kann sedativ wirken.Kein Einsatz bei Schilddrüsenunterfunktion und Schilddrüsenvergrösserung.*

**Mythologischer Hintergrund:**

Der Gattungsname Lycopus kommt aus dem Griechischen.“Lycos heisst Wolf, „podium“ Füsschen. Bei genauem Betrachten der Blätter besteht allerdings keine wirkliche Ähnlichkeit.

