

# Mezei kakukkfű

## Thymus serpyllum

**Drog:** Serpylli herba, kakukkfű virágos hajtásvég.

Virágzata  
álörvös füzér,  
virágai  
rózsaszínűek  
vagy lilák.

A növény 10-30 cm magas.

Keresztben  
átellenes  
levélállás.

Elfásodó szárú  
félcserje. A szár  
négyszögletes.

Levelei  
sötétzöldek,  
bőrneműek,  
aprók,  
egyszerűek,  
lándzsa vagy  
tojás alakúak,  
ülők.

Jellegzetes ajakos  
virágok.

### Fogyasztása:

Átlagos napi dózis: 6 g.

**Előfordulása:** Hazánk  
egész területén  
elterjedt.

1-2 g vágott drogot egy csészényi forrásban  
lévő vízzel kell leönteni, majd lefedve 10-15  
percig áztatni, leszűrni és fogyasztani.  
Naponta többször iható.

### Hatás:

broncholitikum (hörgőgörcs-  
oldó), expektoráns (köptető),  
antimikrobás.

### Alkalmazás:

#### Belsőleg

légúti, hurutos, fertőzőes és  
asztmatikus megbetegedések  
kezelésére. Antiszeptikus,  
köptető, köhögéscsillapító  
hatású.

#### Külsőleg

hiperemizáló hatása miatt  
köszvényes és reumás  
betegségek kezelhetők vele.  
Kiváló inhaláló szer felső  
légúti hurutok esetén.  
Szájnyálkahártya- és  
mandulagyulladásnál  
gargarizálni lehet vele.

### Ellenjavallat:

Szívelégtelenség, valamint  
enterokolitisz (vékony- és  
vastagbélgyulladás) esetén  
ellenjavallt.

