

Közönséges szurokfű

Origanum vulgare

Drog: Origani herba; szurokfű levél és virág.

A növény 50-100 cm magas.

A párta ajakos,
bíborszínű.

A virágzat
többszörösen
összetett álfüzér.

Keresztben
átellenes
levélállású.

A levelek
tojásdadok,
csúcsuk felé
hegyesedők,
ép szélűek.

A szár négyszögletes,
felül elágazó.

Előfordulása:

Meleg, napos
élőhelyek növénye.



Fogyasztása:

Átlagos napi dózis: 4-5 g.

1 ek. drogot 250 ml forrásban lévő vízzel
leönteni, 10-15 percig letakarva állni hagyni.
Napjában 2-3-szor fogyasztani.

Hatás:

expektoráns (köptető),
koleretikus (epehajtó).

Alkalmazás:

Belsőleg

légúti hurutok esetében
köptetőszer, oldja a
bronchusok (hörgők)
görcsét is.
Torokgyulladásnál
öblögetőszerként
használatos. Teája
emésztést segítő,
epehajtó, görcsoldó,
antiszeptikus hatású. A
népi gyógyászat
alkalmazza reumás
tünetek és fájdalmas
menstruációs görcsök
ellen is.

Külsőleg

sebgógyító
tulajdonságú,
kamillavirágzattal 1:1
arányú keverékben
érdemes használni.

Ellenjavallat:

Gyermekeknek és
várandósság alatt
kerülendő.

Túlzott fogyasztása
izgatja a bőrt, a