

## 7. Erkrankungen: fiebersenkend

### **Echter Gamander**

*Teucrium chamaedrys*

Seine Heimat zieht sich über das Mittelmeergebiet, das südliche Europa bis hin nach Westasien. Der wohl berühmteste Pharmakologe des Altertums Dioscurides (40 bis 90 n. Chr.) wies bereits auf seine antivirale Heilwirkung bei Husten und Asthma hin. In späteren Zeiten wurde dem Gamander auch fiebersenkende Eigenschaften nachgesagt. Dank seines hohen Gehalts an ätherischen Ölen, Gerb- und Bitterstoffen eignet er sich sehr gut für die Herstellung von Kartäuserlikör und anderen verdauungsfördernden Likören. Bei einer Überdosierung können die Inhaltsstoffe allerdings Leberschäden verursachen. Doch wie heißt es so schön: „Dosis sola venenum facit“, „Allein die Menge macht das Gift.“!



Foto: Franziska Wawer

**Weitere Heilpflanzen zu diesem Thema:** gelber Enzian (*Gentiana lutea*), Katzenpfötchen (*Antennaria dioica*), Mutterkraut (*Tanacetum parthenium*), Schafgarbe (*Achillea millefolium*), Spitzwegerich (*Plantago lanceolata*)