

# Hyssopus officinalis / Ysop



ID Pflanze	271	
Höhe in cm	20 bis 50	
Lichtbedarf		
Wasserbedarf		
Lebensdauer	<b>mehrfährig</b>	Zwergstrauch
Keimverhalten und Pflege	nicht frosthart Normalkeimer Lichtkeimer	
KT = Keimtemperatur		

## Zeigerwerte gemäss info flora unter <https://www.infoflora.ch/de/flora/art->

Wasser	pH-Wert	Nährstoffe	Temperatur	Licht	Klimatyp	Humus	Partikelgr.
sehr trocken	schwach basisch (5.5-8)	mager	warm-collin	sonnig	kontinental		

Lebensraum	Felsige Hänge, Trockenwiesen, auch kultiviert und verwildert (376)
Geografische Verbreitung	Mediterran-westasiatisch (376)
Allgemeine Bemerkungen	Gewürz- und Heilpflanze, seit dem 16. Jh. Kultiviert (669), Duftpflanze

	Saat	Blüte	Ernte
Januar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Februar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
März	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
April	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mai	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Juni	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Juli	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
August	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
September	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Oktober	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
November	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dezember	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



**Quelle Bild** Prof. Dr. Otto Wilhelm Thomé  
[http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/c/c6/illustration\\_Hyssopus\\_officinalis0.jpg](http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/c/c6/illustration_Hyssopus_officinalis0.jpg)

**Heilpflanze?** Volksmedizin  
**Wirkstoffe** Ätherische Ysop-Öl mit Pinocamphon und Isopinocamphon als Hauptkomponenten, weiterhin Limonen und Pinen, Flavonoide wie Diosmin, Lamiaceen-Gerbstoffe wie Rosmarinsäure und Marrubiin (669)

**Heilwirkung** Als Heildroge dienen die getrockneten, blühenden Pflanzenteile – Hyssopi herba. Das ätherische Öl und die Gerbstoffe geben der Droge leicht entzündungshemmende, Auswurf fördernde und auch krampflösende Eigenschaften. In der Volksheilkunde wird die Pflanze z. B. zum Gurgeln bei Heiserkeit sowie bei Rachen- und Halsentzündungen, zu Waschungen und auch innerlich bei übermäßiger Schweißabsonderung eingesetzt. Ausserdem wird Ysopkraut noch gelegentlich bei Husten und Verdauungsbeschwerden eingesetzt. Für die Wirksamkeit gibt es bisher keine ausreichenden Belege (669).

**Giftig?** schwach giftig  
**Giftstoffe** Pinocamphon  
**Giftwirkung** Von Anwendungen in höheren Dosen über längere Zeit und speziell des ätherischen Öls mit dem neurotoxisch wirkenden Pinocamphon sollte man Abstand nehmen: Nach der Einnahme von 10 bis 30 Tropfen über mehrere Tage wurden Vergiftungserscheinungen mit Krämpfen beobachtet. (669)

**Kulinarische Nutzung** Junge Blätter werden kleingehackt in Salate und Gemüse gegeben, nur frisch verwenden (669)  
**Sonstige Nutzung** Abwehr von Schädlingen, z.B. Raupen, durch intensiven Duft

**Quellen und weiterführende Infos:**  
 87 [http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/c/c6/illustration\\_Hyssopus\\_officinalis0.jpg](http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/c/c6/illustration_Hyssopus_officinalis0.jpg)  
 376 <http://www.infoflora.ch/de/flora/1741-hyssopus-officinalis.html>  
 669 <https://de.wikipedia.org/wiki/Ysop>

**Zusammengestellt von Silvia Rothen, rothen ecotronics, Bern, Schweiz**  
<http://www.ecotronics.ch/blumen.aspx>