



Augentrost

Euphrasia officinalis

Synonyme: Milchdieb, Wiesenwolf, Heudieb

Droge: Euphrasiae herba, Augentrostkraut

Familie: Braunwurzgewächse (Scrophulariaceae)

Vorkommen: Wiesen, Hecken, Weiden, lichte Waldränder, Berghängen, auf mageren, trockenen Böden, sonnige Standorte

Beschreibung: Einjähriger Halbschmarotzer, der mit Saugwurzel aus den Wurzeln benachbarter Gräser Mineralien saugt. Bis zu 30 cm hoch, im oberen Teil verästelt sich die Pflanze. Gegenständig wachsende Blätter, eiförmig, gezähnt. Die weiße, blasslila angehauchten Rachenblüte ist violett geädert und hat in der Mitte der unteren Blütenblätter einen gelben Fleck.

Inhaltsstoffe: Glykoside Rhynanthin und Aucubin, ätherisches Öl, fettes Öl, Harz, Bitterstoffe, Zucker, Salze, Euphratansäure, Phenolcarbonsäuren, aromatische Substanzen

Sammelgut: blühendes Kraut

Sammelzeit: Juli - Oktober

Anwendung: Eine Abkochung als Kompresse oder Umschlag bei Augenentzündungen wie Bindehautentzündung und Liedrandentzündung sowie Gerstenkorn. Auch Augenbrennen, z.B. bei Heuschupfen, wird gelindert. Innerlich soll eine Teekur bei häufigen Infekten helfen sowie leicht lösend und heilend bei Husten, Heiserkeit, Halsschmerzen und Schnupfen.

Wirkung: schwach entzündungshemmend, adstringierend, kräftigt alle Schleimhäute antibakteriell und abschwellend

Konservierung: die oberirdischen Teile werden während der Blüte gesammelt und im luftigen Schatten getrocknet.



Rezepte mit Augentrost

Tee

Zutaten: 1-2 Teel. getrocknetes oder doppelte Menge frisches Augentrostkraut
250 ml kaltes Wasser

Zubereitung: Augentrostkraut mit 250 ml kaltem Wasser ansetzen, aufkochen, 10 Minuten kochen lassen und abseihen. Mehrmals täglich eine Tasse trinken (evtl. süßen)

Abkochung für Auflagen und Umschläge

Zutaten: 2 Eßl. getrocknetes Augentrostkraut
250 ml kaltes Wasser
1/2 Prise Kochsalz

Zubereitung: Augentrostkraut mit kaltem Wasser ansetzen und aufkochen. 10 Minuten kochen lassen. Abseihen, beigeben und noch warm anwenden.

Eine Kompresse oder einen Wattepad mit dieser Abkochung tränken und auf die geschlossenen Augen auflegen.

Bei Entzündungen am Auge, Gerstenkörnern, Lidrandentzündungen, Bindehautentzündung, müden und überanstrengten Augen und Augenbrennen hilft Augentrost durch seine entzündungshemmende, antibakterielle und abschwellende Wirkung.

Augentrost-Tinktur

Zutaten: 2 Handvoll Augentrost
Hochprozentigen Schnaps

Zubereitung: Augentrost mit hochprozentigem Schnaps aufgießen. In einem lichtundurchlässigen Gefäß 4 bis 6 Wochen stehen lassen. Hin und wieder schütteln, damit die Inhaltsstoffe besser einziehen. Mit Wasser verdünnt kann die Tinktur für Umschläge verwendet werden.