



Botanischer Name:	<i>Lycopus europaeus</i>
Deutscher Name:	Wolfstrapp
Familie:	Lamiaceae (Lippenblütler)
Inhaltsstoffe:	Flavonoide, Cumarine, Gerbstoffe, Hydroxycimtsäurederivate, Triterpene
Verwendete Pflanzenteile:	Kraut
Vermehrung:	Samen
Sammelzeit:	Juli bis September
Zubereitung:	1 gestrichener Teelöffel werden mit ¼ Liter kochendem Wasser übergossen und 5 Minuten ziehen gelassen. 2-mal täglich 1 Tasse trinken (maximal Tagesdosis = 2 g).
Geschichte und Herkunft:	Der Wolfstrapp wächst in Mittel-, Süd- und Osteuropa, ausserdem wird er im östlichen Nordamerika angepflanzt. Im Mittelalter wurde Wolfstrapp bei Herzjagen und Herzschmerzen in Verbindung mit Angstgefühlen gebraucht. Später wurde in Amerika die Pflanze vor allem als Beruhigungsmittel, in Europa als Fiebermittel eingesetzt. Wolfstrapp wurde auch als Färberpflanze eingesetzt. Ihr Saft färbt Wolle irreversibel schwarz. Pharmakologische Untersuchungen haben dann 20. Jahrhundert eine hemmende Wirkung auf die Schilddrüse und einen prolaktinhemmenden Effekt gezeigt.
Wirkungsweise	
<i>Innerlich:</i>	blutdrucksenkend, antigonadotrop, antithyreotrop, beruhigend
<i>Äusserlich:</i>	keine
Verwendung in der Heilkunde	
<i>Innerlich:</i>	leichte Formen der Schilddrüsenüberfunktion, Bluthochdruck, Mastodynie bei PMS (Achtung: beim Absetzen kann es zu erhöhten Brustspannungen kommen)
<i>Äusserlich:</i>	keine
Verwendung in der Küche:	keine
Warnhinweise:	Achtung: Droge kann sedativ wirken. Kein Einsatz bei Schilddrüsenunterfunktion und Schilddrüsenvergrösserung.
Mythologischer Hintergrund:	Der Gattungsname <i>Lycopus</i> kommt aus dem Griechischen: "Lycos" = Wolf und „podium“ = Füsschen. Beim genauem Betrachten der Blätter besteht allerdings keine wirkliche Ähnlichkeit.