

Echter Ehrenpreis

Veronica officinalis

Plantaginaceae · Veronica · Lamiales · Magnoliopsida



ÜBER DIE PFLANZE

Eine vielseitige Pflanze mit einer langen Tradition in der Volksmedizin, die verschiedene Anwendungsbereiche hat.

WIRKUNG

Harntreibend (diuretisch), entzündungshemmend, antibakteriell und antiviral, beruhigend und krampflösend, wundheilungsfördernd, antioxidativ

ANWENDUNG

- Tee (innerlich), Tinktur (innerlich/äußerlich), Umschläge/Waschlösungen (äußerlich)

VOLKSMEDIZIN IM DEUTSCHSPRACHIGEN RAUM

Juckreiz,

Innerlich: e Anwendung Besonders geeignet ist der Ehrenpreis in Mischtees, beispielsweise gegen Atemwegserkrankungen, Verdauungsbeschwerden oder zur Anregung des Stoffwechsels.

ÜBERLIEFERTE HEILWIRKUNGEN

- Harnwegsinfekten, Entzündungen, Beruhigung der Schleimhäute

ERKENNUNGSMERKMALE

Kleine, hellblaue Blüten mit dunklen Adern in traubigen Blütenständen; Kapseln mit kleinen braunen Samen.

WUCHS

Kriechende, ausdauernde Pflanze

BLÜTEZEIT

- Mai-Juli

VERWENDETE PFLANZENTEILE

- Blätter, Blüten

ZUBEREITUNG

- Tee: 1-2 TL getrocknete Blätter mit heißem Wasser übergießen, 10 Minuten ziehen lassen; Tinktur: 10-20 Tropfen in Wasser, 2-3x täglich

ERNTEZEIT

- Teil: Blühendes Kraut · Monate: [5, 6, 7] · Hinweis: Mai-Juli, idealerweise bei trockenem Wetter, morgens nach dem Tau.

SAMMELN

- Monate: [5, 6, 7] · Hinweis: Nur das blühende Kraut verwenden, trocken und dunkel lagern. · Tageszeit: früh morgens · Bedingungen: bei trockenem Wetter während der Blütezeit · Pflanzenteil: Blühendes Kraut · Reifezustand: reif

INHALTSSTOFFE

- Iridoidglykoside: Aucubin, Catalpol; Flavonoide: Luteolin, Apigenin; Phenolsäuren: Verbascosid; Saponine; Gerbstoffe; Bitterstoffe

ÄTHERISCHE ÖLE

- aucubin

(2r)-2-([(1r,2s,6s)-5-hydroxy-2-(hydroxymethyl)-3,9-dioxatricyclo[4.4.0.0^{2,4}]dec-7-en-10-yl]oxy}-6-(hydroxymethyl)oxane-3,4,5-triol

- verproside

(1s,2s,4s,5s,6s,10s)-2-(hydroxymethyl)-10-([(2s,3s,4r,5s,6r)-3,4,5-trihydroxy-6-(hydroxymethyl)oxan-2-yl]oxy}-3,9-dioxatricyclo[4.4.0.0^{2,4}]dec-7-en-5-yl (2z)-3-(3,4-dihydroxyphenyl)prop-2-enoate

7-hydroxy-7-methyl-1-([(3,4,5-trihydroxy-6-(hydroxymethyl)oxan-2-yl]oxy}-1h,4ah,5h,6h,7ah-cyclopenta[c]pyran-4-carboxylate

1-([6-([(3-(3,4-dihydroxyphenyl)prop-2-enoyl]oxy)methyl)-3,4,5-trihydroxyoxan-2-yl]oxy}-7-hydroxy-7-methyl-1h,4ah,5h,6h,7ah-cyclopenta[c]pyran-4-carboxylate

- catalpol

2-(hydroxymethyl)-10-([(3,4,5-trihydroxy-6-(hydroxymethyl)oxan-2-yl]oxy)-3,9-dioxatricyclo[4.4.0.0^{2,4}]dec-7-en-5-yl 3-(3,4-dihydroxyphenyl)prop-2-enoate

(1s,2s,4s,5s,6s,10s)-2-(hydroxymethyl)-10-([(2s,3s,4r,5r,6s)-3,4,5-trihydroxy-6-(hydroxymethyl)oxan-2-yl]oxy}-3,9-dioxatricyclo[4.4.0.0^{2,4}]dec-7-en-5-yl benzoate

(1s,4as,7s,7as)-1-([(2s,3r,4s,5s,6r)-6-([(2e)-3-(3,4-dihydroxyphenyl)prop-2-enoyl]oxy)methyl)-3,4,5-trihydroxyoxan-2-yl]oxy}-7-hydroxy-7-methyl-1h,4ah,5h,6h,7ah-cyclopenta[c]pyran-4-carboxylate

- verminoside

2-(hydroxymethyl)-10-([(3,4,5-trihydroxy-6-(hydroxymethyl)oxan-2-yl]oxy)-3,9-dioxatricyclo[4.4.0.0^{2,4}]de

c-7-en-5-yl 3-(3-hydroxy-4-methoxyphenyl)prop-2-enoate

- minecoside

-

(1s,2s,4s,5s,6s,10s)-2-(hydroxymethyl)-10-[[[(2s,3s,4r,5s,6r)-3,4,5-trihydroxy-6-(hydroxymethyl)oxan-2-yl]oxy}-3,9-dioxatricyclo[4.4.0.0^{2,4}]dec-7-en-5-yl (2e)-3-(3,4-dihydroxyphenyl)prop-2-enoate

-

(1s,2s,4s,5s,6r,10s)-2-(hydroxymethyl)-10-[[[(2s,3r,4s,5s,6r)-3,4,5-trihydroxy-6-(hydroxymethyl)oxan-2-yl]oxy}-3,9-dioxatricyclo[4.4.0.0^{2,4}]dec-7-en-5-yl benzoate

SICHERHEIT UND WECHSELWIRKUNGEN

GIFTIGKEIT

schwach

NEBENWIRKUNGEN

- Kann die Nieren belasten bei Niereninsuffizienz, mögliche Allergien

WECHSELWIRKUNGEN

- Typ: NIE_kombinieren · Hinweis: Kann die Wirkung von Blutverdünnern (z. B. Marcumar, Phenprocoumon, ASS, Clopidogrel) verstärken und das Blutungsrisiko erhöhen. · Pflanze latein: Veronica officinalis · Pflanze deutsch: Echter Ehrenpreis
- Typ: NIE_kombinieren · Hinweis: Kann die Wirkung von Diuretika (z. B. Furosemid, Thiazide) verstärken und den Elektrolythaushalt weiter stören. · Pflanze latein: Veronica officinalis · Pflanze deutsch: Echter Ehrenpreis
- Typ: NIE_kombinieren · Hinweis: Kann die Wirkung von Immunsuppressiva (z. B. Ciclosporin, Tacrolimus) beeinflussen. · Pflanze latein: Veronica officinalis · Pflanze deutsch: Echter Ehrenpreis
- Typ: NIE_kombinieren · Hinweis: Kann die Wirkung von Antidiabetika (z. B. Metformin, Insulin) verstärken und zu Unterzuckerungen führen. · Pflanze latein: Veronica officinalis · Pflanze deutsch: Echter Ehrenpreis
- Typ: NIE_kombinieren · Hinweis: Kann die Wirkung von Sedativa (Schlaftabletten, Beruhigungsmittel) verstärken. · Pflanze latein: Veronica officinalis · Pflanze deutsch: Echter Ehrenpreis
- Typ: verstärkt · Hinweis: Kombination mit Thymian, Spitzwegerich, Malve, Anis, Fenchel und Huflattich bei Husten & Bronchitis verstärkt die entzündungshemmende Wirkung. · Pflanze latein: Veronica officinalis · Pflanze deutsch: Echter Ehrenpreis
- Typ: verstärkt · Hinweis: Kombination mit Salbei, Kamille, Pfefferminze und Eichenrinde bei Entzündungen der Mundschleimhaut verstärkt die entzündungshemmende Wirkung. · Pflanze latein: Veronica officinalis · Pflanze deutsch: Echter Ehrenpreis
- Typ: verstärkt · Hinweis: Kombination mit Schafgarbe, Ringelblume, Wegerich und Kamille bei Hautproblemen (Ekzeme, Wunden) verstärkt die entzündungshemmende und wundheilungsfördernde Wirkung. · Pflanze latein: Veronica officinalis · Pflanze deutsch: Echter Ehrenpreis
- Typ: verstärkt · Hinweis: Kombination mit Fenchel, Kümmel, Melisse und Kamille bei Verdauungsbeschwerden verstärkt die beruhigende und entzündungshemmende Wirkung. · Pflanze latein: Veronica officinalis · Pflanze deutsch: Echter Ehrenpreis

QUELLEN

- Typ: wikipedia_de · Url: https://de.wikipedia.org/wiki/Echter_Ehrenpreis · Titel: Echter Ehrenpreis
- Typ: wikipedia_en · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Veronica_officinalis · Titel: Veronica officinalis
- Typ: wikipedia_en · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Veronica_officinalis · Titel: Veronica officinalis
- Typ: pfaf · Url: https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Veronica_officinalis · Titel: PFAF — Veronica officinalis
- Typ: lotus · Url: <https://lotus.naturalproducts.net/search/simple/Veronica%20officinalis> · Titel: LOTUS — Veronica officinalis

- Typ: web · Url: https://de.wikipedia.org/wiki/Echter_Ehrenpreis · Titel: Echter Ehrenpreis – Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://krautgeschwister.de/2026/03/13/echter-ehrenpreis-heilpflanzenportrait/> · Titel: Echter Ehrenpreis Heilpflanzenportrait
- Typ: web · Url: <http://heilpflanzenwissen.at/pflanzen/echter-ehrenpreis/> · Titel: Echter Ehrenpreis - Heilpflanzenwissen — Heilpflanzenwissen
- Typ: web · Url: https://www.researchgate.net/publication/335660274_Review_of_the_Ethnopharmacology_Phytochemistry_and_Pharmacology_of_the_Genus_Veronica · Titel: Review of the Ethnopharmacology, Phytochemistry, and ...
- Typ: web · Url: <https://www.herbazest.com/herbs/veronica> · Titel: Veronica | HerbaZest
- Typ: web · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Veronica_officinalis · Titel: Veronica officinalis - Wikipedia
- Typ: web · Url: <http://multidiciplinaryjournal.com/index.php/mm/article/download/732/651> · Titel: THE MEDICINAL ROLE OF VERONICA OFFICINALIS
- Typ: web · Url: <https://www.rxlist.com/supplements/veronica.htm> · Titel: Veronica: Health Benefits, Side Effects, Uses, Dose ... - RxList
- Typ: gbif · Url: [https://www.gbif.org/species/search?q=Veronica officinalis](https://www.gbif.org/species/search?q=Veronica_officinalis) · Titel: GBIF — Veronica officinalis
- Typ: web · Url: https://de.wikipedia.org/wiki/Echter_Ehrenpreis · Titel: EchterEhrenpreis- Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://www.lubera.com/de/gartenbuch/echter-ehrenpreis-veronica-officinalis-pflanzen-pflege-wirkung-p3212> · Titel: EchterEhrenpreis(Veronicaofficinalis) - Pflanzen, Pflege & Wirkung
- Typ: web · Url: https://en.wikipedia.org/wiki/Veronica_officinalis · Titel: Veronicaofficinalis- Wikipedia
- Typ: web · Url: <https://www.deascal.com/ingredient-information/veronica-officinalis-extract/> · Titel: VeronicaOfficinalisExtract: An In-Depth Look at Its Role in...
- Typ: web · Url: <https://www.nzpcn.org.nz/flora/species/veronica-officinalis/> · Titel: Veronicaofficinalis• New Zealand Plant Conservation Network