

Teil123 (Tracht) Pflanzen Gemeiner Andorn – *Marrubium vulgare*

Der **Gewöhnliche Andorn** (*Marrubium vulgare*), auch **Weißer Andorn**, **Gemeiner Andorn**, **Helfkraut**, **Weißer Dorant**, **Marienessel** oder **Berghopfen** genannt, ist eine Pflanzenart aus der Gattung Andorn (*Marrubium*) in der Familie der Lippenblütler. Die Art wurde früher häufig als Heilpflanze kultiviert. Von Wissenschaftlern der Universität Würzburg wurde Andorn zur Arzneipflanze des Jahres 2018 ausgerufen.



Der Gewöhnliche Andorn ist eine ausdauernde bis halbstrauchige krautige Pflanze, die Wuchshöhen von 30 bis 80 cm erreicht. Die Stängel sind aufrecht und vor allem in dem unteren Teil weißfilzig behaart.

Der Blattstiel ist auch bei den unteren Blättern kürzer als die Blattspreite. Die Blätter sind breit eiförmig bis kreisförmig, der Grund gerundet bis fast herzförmig, der Rand tief und unregelmäßig gezähnt. Die Blätter sind mit Sternhaaren bedeckt; sie sind auf der Unterseite dichter filzig behaart als auf der verkahlenden Oberseite. Das Nervennetz ist in die Blattoberseite tief eingesenkt.

Die Scheinquirle stehen voneinander entfernt und sind vielblütig und kugelig. Die Vorblätter sind mindestens so lang wie die Kelchröhre, pfriemlich und zottig-federig behaart. Die Kelchröhre ist 3 bis 4 mm lang, undeutlich 10-nervig und zottig-weichhaarig; die die Art kennzeichnenden Kelchzähne sind meist zu zehnt, fast gleich, abstehend, zur Fruchtzeit hakig gekrümmt. Die Krone überragt mit 6 bis 7 mm den Kelch; sie ist weiß und außen dicht sternhaarig. Die Klauen sind 1,5 bis 2 mm lang und haben eine glatte, grau- bis hellbraune Oberfläche.

Die Blütezeit reicht von Mai bis August.

Der Gewöhnliche Andorn ist im Mittelmeergebiet weit verbreitet und in weite Teile Nord- und Südamerikas sowie Australiens verschleppt worden. In Mitteleuropa ist die Art ein Archäophyt, der aus dem früher verbreiteten Heilpflanzen-Anbau verwilderte und sich in wärmeren Gegenden auch einbürgerte. Solche stabilen Vorkommen reichen bis nach Südschweden und ins südliche Schottland. Älteste archäologische Nachweise in Mitteleuropa stammen aus der Jungsteinzeit (4000 v. Chr.).

Der Gewöhnliche Andorn kommt in Mitteleuropa meist in der Umgebung von Dörfern vor und besiedelt dort wie auch im Mittelmeergebiet Ruderalstandorte und Weiden auf trockenen Ton- und Lehmböden.

Andornkraut wird in der Volksheilkunde als Teezubereitung eingesetzt bei Appetitlosigkeit, Verdauungsbeschwerden, Gallenbeschwerden und bei Bronchialkatarrhen. In der Schulmedizin ist die Droge weniger anerkannt, obwohl sie als Bittermittel nachweislich anregend auf die Speichel-, Magensaft- und Gallensekretion wirkt. Auch von einer schleimlösenden Wirkung wird berichtet.

Der Einsatz der krautigen Pflanze bei Katarrhen der Atemwege, insbesondere Bronchitis, sowie bei Verdauungsbeschwerden ist bereits seit über 2000 Jahren dokumentiert. Heute wird Andornkraut in Deutschland zur Schleimlösung bei Husten im Rahmen von Erkältungen angewendet.