



OREGANO ÖL

HEILKRAFT AUS GRIECHEN- LAND

Nie hätten wir gedacht, dass unsichtbare Feinde unser Leben so lahmlegen könnten, wie es zu Corona-Zeiten geschieht. Es gibt jedoch noch weit mehr Erreger, die dem Menschen gefährlich werden können. Bakterien, Pilze und Parasiten sind oftmals ebenso alles andere als harmlos und der Einsatz von Medikamenten bringt nicht immer sofort den gewünschten Erfolg. Wie gut, wenn man eine der stärksten Waffen der Natur zur Hand hat: Das ätherische Öl des Oregano!

Von Dr. phil. Doris Steiner-Ehrenberger

In früheren Jahrhunderten, als man noch nicht wusste, dass Erreger wie Viren oder Bakterien Ursache für viele schwere Erkrankungen sind, machte man Dämonen oder den Teufel dafür verantwortlich. Wie gut, wenn man gegen die üblen Kräfte ein Schutzkraut hatte! Oregano galt über viele Jahrhunderte lang als ein magisches Kraut. Oregano wurde auch „unserer Frauen Bettstroh“ genannt, weil man ihn werdenden Müttern, jungen Bräuten und Kindern zum Schutz ins Bett legte. Die Erfahrung dahinter: Das ätherische Öl des Oregano ist eine der stärksten Waffen der Natur gegen viele Krankheiten. Woher die Erkrankung kam, wussten die Menschen nicht, doch dass der Oregano dagegen helfen kann, wurde überliefert.

GENUTZT VON ÄRZTEN DER ANTIKE

Der Oregano gehört zur Familie der Lippenblütler und wird auch „wilder Majoran“ genannt, obwohl dieser gar nicht dieselben Wirkstoffe besitzt wie der Oregano. Bei uns war aber die Bezeichnung Dost immer am Gebräuchlichsten. In seiner Heimat, dem Mittelmeergebiet, wurde der Oregano schon früh medizinisch eingesetzt. Der Urvater der Medizin, Hippokrates von Kos, nutzte bereits die Heilkräfte des Lippenblütler-Gewächses und der Arzt und Pharmakologe Dioskurides beschrieb sie ausführlich. Zu verdanken sind die Wirkungen der Pflanze in erster Linie ätherischen Ölen wie Carvacrol, Thymol, Carnosol, Borneol und Cymol. Vor allem ein hoher Carvacrol-Gehalt soll entscheidend sein.

EIN NATÜRLICHES ANTIBIOTIKUM

Oreganoöl hilft bei Bakterien mitunter sogar besser als Antibiotika, wenn besonders hartnäckige Bakterien einen Biofilm auf der Schleimhaut bilden, die Antibiotika nicht durchdringen können. Oreganoöl schafft das und es bilden sich bei seinem Einsatz – ein weiterer ganz entscheidender Vorteil – keinerlei Resistenzen. Deshalb wird Oreganoöl etwa empfohlen bei E. coli, Salmonellen, Clostridien, Borrelien und sogar bei den multiresistenten Keimen Staphylococcus aureus und Klebsiella pneumoniae. In einer Vergleichsstudie schnitt Oreganoöl gegen multiresistente Staphylokokken-Enterotoxin-Bakterien, die Lebensmittelvergiftungen auslösen, genauso gut ab wie Penicillin und Streptomycin. Das ätherische Öl stärkt außerdem das Immunsystem, wirkt entzündungshemmend und schmerzstillend.

HILFT BEI VIREN, PILZEN, PARASITEN

Oreganoöl kann man außerdem bei Viren wie Herpes-Viren, Schnupfen-Viren, Auslösern grippaler Infekte, HPV (Warzen) oder Norovirus einsetzen. Der Inhaltsstoff Carvacrol kann tatsächlich den Panzer des Norovirus effektiv aufbrechen.

Sehr schnelle Wirkung zeigt *Oreganoöl* bei Pilzinfektionen. *Candida albicans* Pilze lösen Entzündungen aus und können sich im Darm oder Urogenitalbereich verstärkt verbreiten, wenn das Immunsystem geschwächt ist. Pilze treten deshalb oft nach Antibiotikabehandlungen auf, da Antibiotika die gesunde Besiedlung des Darms, der Genitalregion, des Mundes und der Haut verändern. In Extremsituationen wie Chemotherapie, großen Operationen oder Organtransplantation können Pilze tiefer in den Körper eindringen und über das Blutgefäßsystem innere Organe befallen, etwa die Lunge belasten. Eine Studie zeigte, dass die Symptome bei Pilzkrankungen bereits nach 72 Stunden Anwendung von *Oreganoöl* abklingen. Ideal ist bei Pilzinfektionen die Kombination mit *Cistus Tee*, der hauptsächlich im Dickdarm wirkt, während *Oreganoöl* bereits im Dünndarm aufgenommen wird. Schließlich tötet *Oreganoöl* auch noch Parasiten ab. Sowohl solche, die äußerlich quälen, wie Läuse, als auch etwa Darmparasiten.

LINDERT MAGEN- UND DARMBESCHWERDEN

Oreganoöl regt die Magensäureproduktion an, wirkt bei Gastritis gegen das *Helicobacter pylori* Bakterium und unterstützt die Verdauung. Vor allem hilft es gut bei Kälte im Bauchraum, die mit Blähungen und schlechter Verdauung einhergeht. *Oreganoöl* wirkt entzündungshemmend und schmerzstillend im Magen- und Darmtrakt, bei Pilzen, Parasiten und Schadbakterien im Darm, die Fäulnis oder Gärung mit Blähungen hervorrufen.

HILFT LUNGE UND BLASE

Seine husten- und entzündungslindernde sowie schleimlösende Wirkung ist auf seine Fähigkeit, Kälte und Erreger zu vertreiben,



zurückzuführen. Inhalieren und Einreiben der Brust mit sehr stark verdünntem *Oreganoöl* (niemals pur!) ist bei Bronchitis und Asthma günstig. Die Einnahme von *Oreganoöl* bekämpft den Lungenentzündungserreger *Klebsiella pneumoniae*. Bei Blasenentzündung, vor allem wiederkehrend trotz Antibiotika, könnte der Auslöser ein Biofilm bildendes Bakterium sein. Antibiotika greifen dann nicht genug und es empfiehlt sich entweder die Unterstützung durch *Oreganoöl* parallel zum Antibiotikum oder – je nach Situation – auch alleine.

Thymol, das im Thymian ebenfalls zu finden ist, hat zelltodauslösende Wirkung bei Brust-, Lungen- und Prostatakrebszellen. Gesunde Zellen werden hingegen nicht beeinflusst.

BEI ARTHRITIS, DIABETES, PARODONTITIS

Oreganoöl kann bei chronisch-entzündlichen Krankheiten wie Rheuma, Arthrose, Arthritis oder Gicht eingesetzt werden. Bei Diabetes zeigt es antioxidative Wirkung und senkt Blutzucker. Bei Zahnfleischentzündungen, die letztlich zur Parodontose mit Zahnverlust führen können, bekämpft das *Oreganoöl* die meist biofilmbildenden Erreger und löst das Entzündungsproblem in der Tiefe.

BEI DER ANWENDUNG ZU BEACHTEN

Das ätherische *Oreganoöl* ist extrem scharf, hautreizend und darf nie pur verwendet werden, daher ist die Anwendung in Kapseln gemischt mit Olivenöl und mit magenschonender Beschichtung empfohlen. Meist nutzt man es innerlich. Äußerlich oder zur Inhalation kann man es nur sehr stark verdünnt anwenden. Dazu die Kapsel aufstechen und mit weiterem Olivenöl vermischen. Da *Oreganoöl* die Eisen-Aufnahme hemmt, zwei Stunden Abstand zu den Mahlzeiten einhalten. Es verdünnt auch das Blut, weshalb man bei Einnahme von Blutverdünnern darauf verzichten sollte. *Oreganoöl* ist außerdem energetisch warm/heiß. Gegenanzeigen sind viel Hitze und Trockenheit im Körper bzw. ist hier zusätzlich Kühlung erforderlich, etwa mit *Baikal Helmkraut mit Andrographis*, günstig ist zusätzlich für Befeuchtung der Schleimhäute zu sorgen, mit *Aloe*

Vera oder *Auricularia Vitalpilz* (Achtung ebenfalls blutverdünnend).

Anwendungen nur bis zu drei Wochen durchführen, dann eine Pause einlegen und höchstens weitere drei Wochen dranhängen. Sicherheitshalber anschließend die Darmflora unterstützen, obwohl Experimente zeigen, dass etwa Laktobazillen nicht absterben. In Schwangerschaft und Stillzeit ist *Oreganoöl* leider nicht geeignet. J

OREGANOÖL UNTERSTÜTZT BEI

- Arthrose, Arthritis
- Asthma
- Bakterien
- Blähungen
- Blasenentzündung
- Blutverdünnung
- Borreliose
- Bronchitis
- *Candida albicans*
- Clostridien
- Darmdysbiose
- *E. coli*
- Entzündungen
- Gicht
- Grippalen Infekten
- *Helicobacter pylori*
- Herpes-Viren
- HPV
- Immunsystem
- Kälte
- Krebs
- Lungenentzündung (*Klebsiella pneumoniae*)
- MRSA Keim
- Norovirus
- Parodontose
- Parasiten
- Pilzinfektionen
- Rheuma
- Salmonellen
- *Staphylococcus aureus*
- Viren
- Warzen



VIELVERSPRECHEND IN DER KREBSBEGLEITUNG

Oreganoöl ist auch ein wichtiger Bestandteil von „Reinöl“, zu dem es etliche Krebsheilungsberichte im Internet gibt. Carvacrol im *Oreganoöl* zeigt beachtliche Wirkung auf Prostata-, Brust- und Hautkrebszellen. Sein Carnosol, das auch im Rosmarin enthalten ist, zeigt zelltodauslösende Wirkung bei Darmkrebszellen. Sein