

Hypericum perforatum

Deutscher Name:

Echtes Johanniskraut

Wissenschaftlicher Name:

Hypericum perforatum

Pflanzenfamilie:

Hypericaceae (Johanniskrautgewächse)



Johanniskraut: Illustration



Johanniskraut: Blütenstand und Blätter

Beschreibung:

- **Wuchsform:** krautige Pflanze, die eine Höhe von 30 bis 100 cm erreichen kann, sie wächst aufrecht und verzweigt sich
- **Lebensform:** Das Johanniskraut ist eine Staude (mehrjährige Pflanze), die im Frühjahr austreibt und im Herbst zurückwelkt.
- **Blüte:** Strahlenförmig, besteht aus fünf gelben Blütenblättern und vielen Staubblättern; die Blüten haben eine auffällige gelbe Farbe mit schwarzen Punkten (gekennzeichnet durch Hypericin)
Blütezeit: Juni bis August
- **Blätter:** Gegenständig angeordnete, längliche Blätter mit auffälligen, durchscheinenden Punkten (Perforationen), die mit freiem Auge sichtbar sind
- **Bestäubung & Bestäuber:** Die Bestäubung erfolgt durch Insekten, insbesondere Bienen und Schmetterlinge. Die Pflanze kann auch selbstbestäubend sein, allerdings ist die Bestäubung durch Insekten effektiver.
- **Früchte & Samen:** Die Früchte sind Kapseln, die kleine bräunliche Samen enthalten. Die Samen werden durch den Wind oder Tiere verbreitet

Verbreitung & Standorte:

- Ursprünglich in Europa und Asien beheimatet, mittlerweile weltweit verbreitet
- Bevorzugt sonnige, trockene bis mäßig feuchte Wiesen, Waldränder und Waldlichtungen
- Unkompliziert, anpassungsfähig, wächst auf vielen Bodentypen, bevorzugt aber nährstoffreiche Böden

Ist die Pflanze ein Neophyt?

Das Echte Johanniskraut ist in vielen Teilen der Welt verbreitet und kann als Neophyt betrachtet werden, da es auch in Regionen eingeführt wurde, in denen es ursprünglich nicht vorkam. Zum Beispiel wurde es in Nordamerika und Australien verbreitet, wo es sich in der Natur ansiedelte.

Besonderheiten:

- **Heilpflanze:** Das Echte Johanniskraut wird vor allem wegen seiner antidepressiven und angstlösenden Wirkung genutzt. Besonders bekannt ist es für seine Anwendung bei leichten bis mittleren Depressionen. Der Hauptbestandteil, der für die Wirkung verantwortlich gemacht wird, ist Hypericin. Das Hypericin, das im Johanniskraut enthalten ist, verleiht der Pflanze ihre charakteristische rote Färbung, wenn sie verletzt oder getrocknet wird.
- **Essbarkeit:** Die Pflanze wird nicht zur menschlichen Ernährung verwendet, ist aber in der Phytotherapie sehr geschätzt.
- **Wirkung:** Das Johanniskraut hat neben der stimmungsaufhellenden Wirkung auch entzündungshemmende, antibakterielle und schmerzlindernde Eigenschaften. Es wird zum Beispiel auch als Salbe bei kleineren Hautverletzungen oder Verbrennungen verwendet.
- **Vorsicht bei gleichzeitiger Medikamenteneinnahme:** Das Johanniskraut kann mit bestimmten Medikamenten wie Antibabypillen, Blutgerinnungsmitteln und Antidepressiva interagieren und deren Wirkung beeinflussen. Deshalb sollte es mit Vorsicht angewendet und die Einnahme im Zweifelsfall ärztlich abgeklärt werden.

Quellen:

https://de.wikipedia.org/wiki/Echtes_Johanniskraut

<https://www.mein-schoener-garten.de/pflanzen/johanniskraeuter/echtes-johanniskraut>

<https://www.kraeuter-buch.de/kraeuter/Johanniskraut.html>

<https://www.biologie-schule.de/johanniskraut.php>

Abbildungsnachweis:

Abb. 1: Prof. Dr. Thomé, Otto Wilhelm, Public domain, via Wikimedia Commons

Page URL: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Hypericum_perforatum_i01.jpg

File URL: https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/4/4e/Hypericum_perforatum_i01.jpg

Abb. 2: Agnieszka Kwiecień, Nova, CC BY-SA 4.0 <<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>>, via Wikimedia Commons

Page URL: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Hypericum_perforatum_Dziurawiec_zwyczajny_2020-07-12_02.jpg

File URL: https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/4/41/Hypericum_perforatum_Dziurawiec_zwyczajny_2020-07-12_02.jpg

Hypericum perforatum (Johanniskraut), Zeichnung von
Magdalena Haumer, Klasse 2B



Hypericum perforatum (Johanniskraut), Zeichnung von Emilia Kienbichl, Klasse 5R

