

KARL-HEINZ
ROSZAK



Das kleine
Kräuterbuch



KARL-HEINZ ROSZAK

DAS KLEINE KRÄUTERBUCH

JUGENDBUCHREIHE „ERLEBTE WELT“ BAND 14

KARL-HEINZ ROSZAK

*Das kleine
Kräuterbuch*

Mit 16 Tafeln und Federzeichnungen

von Johanna Gödel-Schütze

JUGENDBUCHVERLAG ERNST WUNDERLICH

UNTER MITARBEIT VON HANS-JOACHIM ROSZAK

Lizenznummer 359-425/26/52

1.-10. Tausend

Alle Rechte vorbehalten

Copyright 1953 by Jugendbuchverlag Ernst Wunderlich in Leipzig

Satz und Druck Borgis Candida

VEB Buch- und Prägedruck Greiz, Werk II, Zeulenroda

INHALT

	Seite
Die Echte Kamille	7
Baldrian	13
Pfefferminze	16
Ackerschachtelhalm	20
Wurmfarn	24
Großblütige und Gemeine Königskerze	28
Kalmus	33
Tormentillwurz	36
Gemeine Bärentraube	40
Tollkirsche	44
Wacholder	47
Wermut	52
Tausendgüldenkrout	56
Schafgarbe	60
Roter Fingerhut	63
Echter Sturmhut	66
Spitzwegerich	70
Löwenzahn	73
Huflattich	78
Tafelfolge	82
Wir lernten kennen	83
Worterläuterungen	85
Literatur	88

DIE ECHTE KAMILLE

Wer an einem heißen Sommertage im Juni oder Juli durch die Felder und Wälder streift, wird sich oft über den aromatischen Duft einer kleinen, gelbweiß blühenden Pflanze freuen. Wenn wir hier den Graben entlang gehen, an dem wogenden Kornfeld vorbei, über dem der goldene Blütenstaub der Ähren in der Sonne tanzt, treffen wir einen richtigen kleinen Wald dieser Pflanze. Unbehaarte Blätter mit geweihartigen Spitzen gruppieren sich wie befiederte Pfeilenden um den blaßgrünen, zehn bis dreißig Zentimeter hohen Stengel. Die Blütenköpfchen an kleinen, besonderen Stielen sind zahlreich. Wie weiße Strahlen umgeben die Randblüten den gelben, gewölbten Blütenboden.

Der grüne, gelbgesprenkelte Teppich zu unseren Füßen lädt uns zum Hinlegen ein, und auf den Sonnenstrahlen reitend erforschen unsere Gedanken die Geschichte der Kamille, denn sie ist es, von der wir erzählen.

Die Heimat der Kamille, die den lateinischen Namen *Matricaria chamomilla* L. trägt, sind die Berghänge und die weiten Ebenen Süd- und Osteuropas.

Vor ungefähr zweitausend Jahren erwähnten der römische Gelehrte Plinius der Ältere in seiner „Naturgeschichte“ und der griechische Arzt Dioscorides in seinem Buch „Von der Heilkunde“ die kleine Pflanze. Sie gaben ihr den klangvollen Namen *Chamaeleon*, der so viel wie die „würzige Sonne“ bedeutet. In den Rezepten des arabischen Arztes Mesue und des Byzantiners Alexander Trallianus wurde sie zur Herstellung

eines Oles empfohlen. Dieses Kamillenöl wurde zu Einreibungen benutzt und gegen Schmerzen aller Art verordnet. Die Menschen hatten die heilende Wirkung der Kamille erkannt. Mit den zunehmenden Erkenntnissen der medizinischen Wissenschaft gelangte sie aber zu immer größerer Bedeutung. Im Jahre 1588 tauchte auf den Märkten der damaligen Zeit das blaue, destillierte Kamillenöl allgemein auf. Ärzte und Quacksalber priesen es als sicheres Heilmittel bei Entzündungen der Haut und der Schleimhäute. Sie erwarben großen Ruhm, und die Kamille gewann viele Freunde.

Und nun verbreitete sich die Pflanze über die ganze Erde. Mit den Wagenzügen der reisenden Kaufleute kam sie nach Mittel- und Westeuropa. Auf den Getreideschiffen überquerte sie die Ozeane und gelangte nach Australien, Amerika und Afrika. Überall gedieh die anspruchslose Pflanze. Auf sandigem und lehmigem Boden, auf Schuttplätzen und Geröllhalden, dort wo sie ein trockenes Plätzchen findet, begegnet man ihr, wenn auch nicht immer gleich häufig. In Deutschland wächst sie zum Beispiel gut in den warmen Niederungen Mitteldeutschlands, Frankens und Niederbayerns. Aber über siebzig Prozent des Weltbedarfs liefern die weiten Fußten Ungarns und die sonnigen Hänge Griechenlands.

Nun hat uns die Sonne aufgeschreckt; sie meint es wirklich zu gut. Aber unser Interesse an der kleinen Pflanze mit dem schwierigen lateinischen Namen ist geweckt. Ich überlegte, wer mir wohl mehr über sie erzählen könnte, und als ich einige Tage später einen Bekannten traf, der Medizin studiert, ließ ich mir erzählen, wie vielseitig die Kamille noch heute in der Medizin angewendet wird. Ein Kamillenumschlag oder ein Kamillenbad wirken entzündungshemmend bei Ver-

brennungen, Wunden und Furunkeln. Kamillentee mildert und heilt Entzündungen des Darmkanals und beseitigt Verdauungsstörungen. Ein Wirkstoff, der in der Blüte enthalten ist, dämpft die Darmbewegungen und löst Krampfstände der Eingeweide. Darum wird der Tee oft bei Blähungen und den damit verbundenen Leibscherzen verordnet. Wer einmal starken Schnupfen oder Husten hatte, wird sich auch erinnern, daß ein Dampfbad von heißem Kamillenaufguß Besserung und oft Heilung der erkrankten Nasen- und Rachenorgane bewirkt. Kamillentinktur und das auch heute noch verwendete blaue Kamillenöl aber lindern die Scherzen bei Reißen, Ischias und ähnlichen Krankheiten.

So wurde die Kamille zu einem Heilmittel, das bis heute nichts von seinem Ruhme eingebüßt hat. Die einfachen Leute schwören auf ihre Heilkraft, und die gelehrten Ärzte wissen sie zu schätzen.

Ich entschloß mich, Kamillen für meinen häuslichen Bedarf zu sammeln. Frisch und munter machte ich mich mit einem großen Sack auf den Weg. Unser Plätzchen bot noch genau dasselbe Bild. Nun konnte es losgehen! Ich packte immer gleich mehrere Stauden und riß sie, da es das bequemste war, gleich mit der Wurzel heraus. Sehr bald war der Fleck gerodet und mein Sack gefüllt; nicht einen Stengel Kamille gab es mehr im Umkreis. Mein Rücken schmerzte, aber das konnte meinen Stolz nicht beeinträchtigen, so viel für die Gesundheit meiner Bekannten und Freunde getan zu haben, denn sie sollten alle etwas von dem Segen genießen. Es schien mir zwar, als wenn der anfangs so angenehme Duft der Kamille sich in den letzten Minuten zu einem widerlichen Gestank verdichtet hätte, aber das war wohl ein Irrtum. Gerade als ich mich auf den Heimweg machen wollte, hielt mich eine Stimme zurück: „Was tun Sie

denn da?" Ein Förster starrte verwundert auf meinen prallgefüllten Sack. Meine Erwiderung „Wieso, ich habe Kamille gesammelt“, ging in einem tosenden Lachen unter. Er nahm den Sack und schüttete, ohne ein Wort zu sagen, den Inhalt auf den Boden. Fassungslos bestaunte er den grünen mit gelbbraunen Wurzeln untermischten Berg. Endlich begann er zu reden:

„Sie wollten wohl Unkraut jäten, wie?“

Als ich empört aufmucken wollte, schnitt er mit einer Handbewegung meine Antwort ab und erklärte mir, warum er so gelacht habe.

„Nun seien Sie nicht weiter böse, und schauen Sie einmal genau her! Die wirklich echte Kamille wird in den Monaten Juni und Juli geerntet. Das Pflücken geschieht entweder mit der Hand, mit einem sogenannten Beerenkamm oder mit besonderen Pflückapparaten. Man muß die Blütenköpfchen mit möglichst kurzem Stiel abzupfen. Und achten Sie weiter darauf, daß Sie nur Blüten der Echten Kamille zupfen! Sie erkennen sie an den herabgeschlagenen Randblüten, am Duft — reiben Sie einmal eine Blüte zwischen den Fingern — und dann, sehen Sie“ — er schnitt eine Blüte in Hälften — „am kugelförmigen, hohlen Blütenboden. Die frischen Kamillenblüten müssen bald getrocknet werden. Die Trockentemperatur soll aber nie fünfunddreißig Grad übersteigen, da sonst das in den Blüten enthaltene ätherische Öl in Gärung übergeht!“

Als er auf meinen Berg ausgerupfter Pflanzen sah, schmunzelte er noch einmal. „Also die Blüten, nicht die Staude! Sie sind außerdem bei Ihrer Ernte von der Kamille, oder besser gesagt von ihren Stiefschwestern und Brüdern, betrogen worden. Was Sie hauptsächlich gepflückt oder herausgerupft haben, gehört zu ver-

schiedenen unechten Kamillenarten. Über dreißig gibt es! Diese hier zum Beispiel sieht echt aus. Sogar der gewölbte, hohle Blütenboden ist vorhanden, aber sowie Sie an der Blüte riechen, stellen Sie einen unangenehmen, widerlichen Geruch fest, das Merkmal der sogenannten ‚Hundskamille‘. Oder wenn wir uns diese hier betrachten“ — die Blüte in seiner Hand besaß gar keinen Duft, auch war der gewölbte Blütenboden nicht hohl — „diese nennen wir die ‚Geruchlose Kamille‘. Und dort haben wir noch eine dritte Vertreterin, die ‚Strahlenlose Kamille‘, bei der die weißen Blütenblätter gänzlich fehlen. Aber auch bei ihr finden wir den hohlen, gewölbten Blütenboden. Also noch einmal die Merkmale der Echten



Kamille: Jedes Blütenköpfchen stellt einen Blütenstand dergestalt dar, daß zahlreiche Einzelblüten auf einem Blütenboden zu einem Blütenstand vereinigt sind. Die dreizähligen weißen Strahlenblüten sind anfangs ausgebreitet, später zurückgeschlagen. Die Scheibenblüten sind zwittrig und besitzen eine gelbe, trichterförmige, fünfzipflige Blumenkrone. Der kegelförmige, gewölbte Blütenboden ist im Gegensatz zu fast allen wertlosen Kamillensorten innen hohl. Außerdem strömt die Blüte den unverkennbaren Kamillenduft aus.“

In einer knappen halben Stunde lernte ich die in Deutschland hauptsächlich vorkommenden Kamillensorten kennen.

Als ich etwas später jede einzelne von mir gepflückte Pflanze kontrollierte und die Blütenköpfchen untersuchte, mußte ich dem Förster leider recht geben. Mir blieb nicht allzuviel Echte Kamille übrig. Aber diese erschien mir jetzt doppelt wertvoll. Später, in der Zeit, da ich mir eine kleine Hausapotheke unserer einheimischen Heilkräuter anlegte und mich auf das Sammeln jeder neuen Pflanze gewissenhaft vorbereitete, habe ich noch oft herzlich über mein Abenteuer mit der Kamille gelacht.

Und um euch vor ähnlichen Mißgeschicken zu bewahren, habe ich hier aufgeschrieben, was ich über die Kamille erfahren habe, was mir der Mediziner erzählte und der Förster erklärte. Wenn ihr jetzt einmal spazieren geht und die Echte Kamille findet, dann wißt ihr, wie wertvoll die kleine Blume ist, die wie ein Ackerunkraut aussieht. Wenn wir uns durch Zufall dabei treffen sollten, dann will ich euch noch mehr erzählen!

BALDRIAN

Überall auf feuchten Wiesen, an steinernen Gräben und Flußufern wächst Baldrian, lateinisch *Valeriana officinalis* L.

Wie oft mögen wir an dieser fast meterhohen Staude vorübergegangen sein, ohne der wertvollen Pflanze auch nur einen Blick geschenkt zu haben! Ich erinnere mich, daß wir als Kinder mit dem hohlen, gefurchten, unten meist fein behaarten Stengel häufig gespielt haben und ihn zu allerlei Schabernack benutzten. Um die Nützlichkeit der Pflanze kümmerten wir uns sehr wenig. Eines Tages aber saß ich mit meinem Freund im Garten meines Großvaters auf einem riesigen Kirschbaume. Wer in seinem Leben Kirschen auf dem Baume gegessen hat, wird mir beipflichten, daß es nicht leicht ist, Maß und Ziel zu halten. Und was geschehen mußte, geschah: wir verdarben uns schrecklich den Magen. Als wir uns mit argen Leibschmerzen hilfesuchend an die Großmutter wandten, bekamen wir zur Linderung und sozusagen als Gegengift Baldriantropfen.

Das war meine erste Bekanntschaft mit dem Baldrian, und im Laufe der Zeit begriff ich, wieviel wir dieser Pflanze verdanken.

Wie schaut nun der Baldrian aus?

Den Stengel umgeben unpaarig gefiederte Blätter; sie sind am Boden sehr lang, zur Spitze gehend immer kürzer gestielt und bilden sieben bis zehn Blattpaare. Das einzelne Blättchen ist fast linealförmig von Gestalt, eingeschnitten gesägt und kahl. Die Blüten bilden eine zusammengesetzt endständige Trugdolde. Sie

sind weiß oder rötlich gefärbt und wohlriechend. Die Kelchröhre ist mit dem Fruchtknoten verwachsen und zeigt einen eingerollten Rand. Dieser bildet sich bei der reifenden Frucht zu einer fedrigen Krone aus. Sie ist röhrig-trichterförmig und zeigt einen fünfspaltigen Saum. Wir wollen aber Stengel und Blätter jetzt nicht weiter beachten; die Heilkraft der Pflanze liegt in der Wurzel, die einen unangenehmen, katzenähnlichen Geruch ausströmt. Ihr Geschmack ist süß-bitterlich.

Wenn die Wurzel des Baldrians etwa zwei bis drei Jahre alt ist, wird sie in den Monaten September und Oktober gesammelt. In dieser Zeit ist sie am ölhaltigsten. An trockenen, steinigen Stellen gewachsene Wurzeln sind kräftiger als solche von feuchten Standorten. Nachdem man die Wurzeln gewaschen und an der Luft im Schatten getrocknet hat, bewahrt man sie in luftdicht schließenden Glasgefäßen auf.

Der Ruhm des Baldrians ist alt. Im Altertum schätzten ihn Griechen und Römer als Heilpflanze; im Mittelalter wird er in den Kräuterbüchern gepriesen.

Heute begegnen wir dem Baldrian als Heilmittel für eine große Zahl von Krankheiten, wie Nervenüberreizung, Krämpfe, Magenbeschwerden und auch als wurmabtreibendem Mittel. Die Homöopathie wendet Baldrian außerdem gegen rheumatische Gliederschmerzen, hysterische Gefühle, Mattigkeit in Augen, Armen und Kniekehlen an. Kinder bekommen Baldrian gegen Krämpfe, bei Koliken, Herzbeschwerden, nervöser Verstimmlung des Magens, sowie bei nervösen Schwindelanfällen. Die Liste ließe sich fortsetzen.

Groß ist die Zahl der Rezepte, nach denen aus der Wurzel des Baldrians geeignete Formen von Medizin gewonnen werden. Sie alle aufzuzählen, würde den Rahmen dieses Buches überschreiten. Dagegen soll

nicht vergessen werden, daß Katzen auf den Geruch des Baldrians begierig sind. Man lockt wildernde Katzen damit in Fallen. Darum führt das Kraut in manchen Gegenden den Namen „Katzenkraut“. In Bayern heißt es auch „Augenwurz“, in Westfalen „Theriakswurzel“, in Norddeutschland „Bertram“.

PFEFFERMINZE

Heiß brannte die Sonne auf den Dorfanger. Trägeschlich das klare Wasser des kleinen Baches durch sein wildebewachsenes Bett. Es war Hochsommer, und an diesem Tage, an dem kein Wölkchen den strahlend blauen Himmel trübte, an dem der Wind weit hinter den Wäldern schlief, hatte ich mich mit meinem Rucksack aufgemacht, um wieder einmal ein Stückchen unserer schönen Heimat zu durchwandern. Mein Ziel war unbestimmt, oder besser gesagt, nicht genau festgelegt, und als es mir gar zu warm wurde, legte ich mich dicht an das Bachufer und lauschte auf das leise Gluckern der Wellen.

Eine Biene summte über meinem Kopf und ließ sich auf einer blühenden Distel nieder.

Dicht über meinen Augen nickte eine fast ein Meter hohe Pflanze, mit vierkantigem Stengel, müde mit ihren ziemlich großen, gezähnten Blättern. Kleine, violette Blüten mit fünfzipfligen Kelchen drängten sich zu reichblütigen Scheinquirlen um den Stengel. Ganz mit der genauen Betrachtung dieser Blume beschäftigt, rupfte ich spielerisch einige der drüsigen Blätter und rieb sie zwischen den Fingern. Es roch eigentümlich würzig, man möchte beinahe sagen „kühl“. Das erinnerte mich — — ja, das war Pfefferminze! Ich lag unter einer Pfefferminzstaude! Hier wuchs sie also wild. Ich machte mir gleich einen Eintrag in mein Fahrtenbuch.

Eigentlich wird die Staude in Deutschland wegen ihrer vielseitigen Verwendung planmäßig angebaut,





soweit ich mich erinnere, hauptsächlich in den sonnigen Gegenden von Bayern, Sachsen-Anhalt, Württemberg und Thüringen. Doch treffen wir sie auch sonst oft an nassen Waldrändern, Gräben, Fluß- und Bachufern, anscheinend verwildert. Wir können uns aber dabei leicht täuschen und haben es in Wirklichkeit mit einer der vielen Verwandten zu tun, die zwar die Vorzüge, deretwegen wir die Pfefferminze schätzen, nicht in gleich hohem Maße aufweisen, aber für den Hausgebrauch auch gut zu verwenden sind.

Jene Art Pfefferminze, lateinisch *Mentha piperita* L., die ich angetroffen hatte und die wir in der Apotheke kaufen können, wird „Mitscham“ genannt, nach der Gegend, in der man sie vor langer Zeit zuerst anbaute. Im Jahre 1696 wurde sie zum erstenmal in England erwähnt und beschrieben. Um 1750 wurden in Mitcham, südlich von London, große Kulturen der Pflanze angelegt, und von dort wurde sie in alle Welt versandt. Ihr müßt nun aber nicht annehmen, daß die Menschen etwa erst im siebzehnten Jahrhundert die heilende Wirkung der Pflanze erkannt hätten. Das war nicht der Fall. Schon Plinius erwähnt sie, auch Strabo. In Konrad von Megenbergs „Buch der Natur“ aus der Mitte des vierzehnten Jahrhunderts erscheint sie. Aber die Minzearten, die in den Schriften der früheren Jahrhunderte aufgeführt wurden, lassen sich nur schlecht botanisch genau bestimmen.

Die Heilkraft der Pflanze steckt in dem darin enthaltenen ätherischen Öl, das zu fast fünfzig Prozent aus Menthol, einem sehr heilkräftigen Stoff, und im übrigen aus weiteren Wirkstoffen besteht. Bei der Darstellung des Menthols aus Pfefferminzöl fällt als nichtkristallisierbare Flüssigkeit Po-Ho-Öl (Po-Ho-Fluid) an, das als sehr geschätztes Heilmittel bei Kolik, Magenkrämpfen,

Blähungen und anderen Erkrankungen des Unterleibes gebraucht wird. In China und Japan gab es schon vor vielen Jahrhunderten Po-Ho-Fluid. Dort wurde schon immer Pfefferminze angebaut und auch Pfefferminzöl destilliert.

Wir kennen Pfefferminz-Tee und außerdem noch eine Reihe von Kräuter-Tees gegen Nerven-, Gallen-, Frauen- und Leberleiden, die auch hauptsächlich aus Pfefferminze-Blättern bestehen. Pfefferminzöl, in Spiritus aufgelöst, ist ein Erfrischungs- und Belebungsmitel bei Schwächezuständen, Ohnmachtsanfällen und leichten Herzaffektionen. Bei asthmatischen Anfällen und Katarrhen hilft vielfach das Inhalieren von Menthol, dem chemisch reinen Hauptbestandteil des Pfefferminzöles, das in fester Form als „Migränestift“ oder in Lösungen gegen Kopfschmerzen und Zahnschmerzen, als Mentholsalbe gegen Rheumatismus und Nervenschmerzen, gegen Frostbeulen und Insektenstiche und in Schnupfpulver gegen Schnupfen angewendet wird. Das Hausmittel „Dreierlei-Tropfen“ ist eine Mischung aus Pfefferminze, Baldrian und Hoffmannstropfen.

Neben der Heilmittelindustrie verwendet die kosmetische Industrie Pfefferminzöl in großen Mengen für Mundwässer, Zahnpasten und Zahnpulver. Pfefferminzplätzchen, Zuckerplätzchen mit Pfefferminzgeschmack, werden gern zur Erfrischung genossen; manche Leute lieben auch Pfefferminz-Likör.

So findet die Pflanze eine derart mannigfache Verwendung, daß man ihr gar nicht genug Beachtung schenken kann. Und nie vergessen soll man, daß große Mengen der Pflanze oder ihres aromatischen Öls nach Deutschland eingeführt werden müssen, um den Bedarf zu decken. Das ist zu ändern oder mindestens zu verringern!

Ganz langsam war die Sonne weitergegangen. Auf meiner Wiese schnatterte lustig eine Gänsefamilie. Vereinzelt summte noch eine Biene. Sie flog wohl heim zu ihrem Stock. Auch für mich war es Zeit zum Aufbruch geworden. Noch einmal besah ich die Pflanze. Bald werden fleißige Hände, noch in der Blütezeit im Juli oder August, ihre Blätter pflücken und sie an schattigen Orten zum Trocknen breiten. Im Winter aber werden Weißblechbüchsen mit getrockneter Pfefferminze die Erinnerung an den schönen Sommer wachrufen.

Ich huckte meinen Rucksack auf, winkte den Gänsen einen Gruß hinüber und ging zurück ins Dorf.

ACKERSCHACHTELHALM

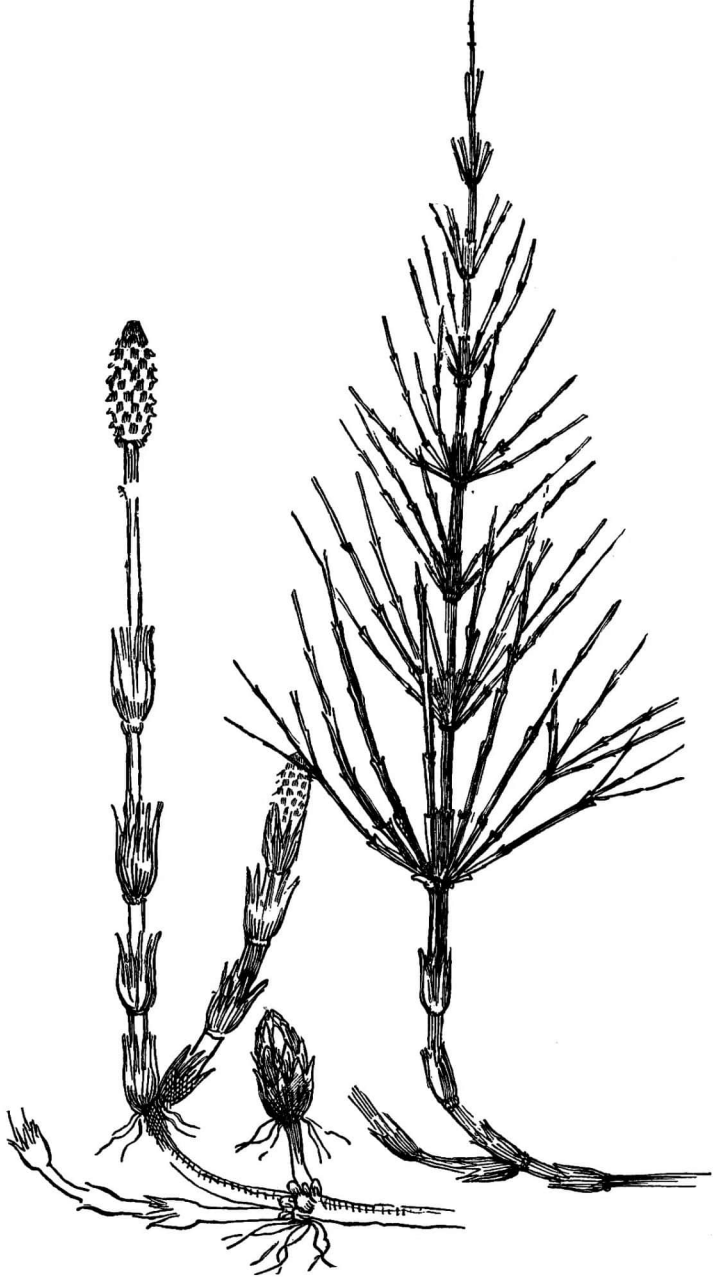
Auf Äckern, Wiesen, Weiden, an Bahndämmen und ähnlichen Plätzen steht im März und April eine eigenartig aussehende kleine Pflanze. Blaßgelb, etwa sechs Millimeter dick und ungefähr zwanzig bis fünfundzwanzig Zentimeter hoch, erheben sich Sprosse, an deren Knoten tütenförmige Quirle mit neun bis dreizehn zugespitzten Schuppenblättern sitzen, die mit dem Stengel zu einer Scheide verwachsen sind, direkt miteinander verschachtelt. Die Blätter sind dunkelbraun mit schwarzen Spitzen. An der Spitze des Stengels sitzt ein ährenförmiges Gebilde, das sich aus zahlreichen, quirlförmig angeordneten, dicht übereinanderstehenden Sporenblättern zusammensetzt. An der Unterseite dieser Blätter, die mit ihren Stielchen wie einbeinige Tischchen ausschauen, sind kreisförmige kleine Säcke befestigt. Aus ihnen tritt im April und Mai bei geeigneter Witterung ein grünliches Pulver hervor. Es sind die „Sporen“, die nun der Wind verweht und mit denen sich die Pflanze als eine der „blütenlosen Pflanzen“ vermehrt, wie die „Blütenpflanzen“ mit dem Samen. Ihr habt den Ackerschachtelhalm, *Equisetum arvense* L., schon erkannt!

Er gehört zu einer Pflanzenfamilie, die schon seit Millionen von Jahren auf der Erde zu finden ist. Damals bedeckten Schachtelhalme von 20 bis 30 Metern Höhe mit gewaltigen Baumfarnen, Schuppenbäumen und Siegelbäumen die Erde in ganzen Wäldern, so wie heute Kiefern und Tannen. Als im Laufe vieler Jahrtausende die Wälder vermoderten und in den Sümpfen und

Mooren versanken, begann sich die Materie umzuwandeln. Neue Erdmassen wurden über die Baumstämme geschwemmt und preßten die Ablagerungen zusammen. Unter dem Druck von oben und in der großen Hitze der Tiefe wurden die Wälder zu Steinkohle, zum schwarzen Gold, zu einer der größten Energiequellen der Erde. Und da vielfach auch die alten Formen erhalten sind, können wir uns noch heute ein gutes Bild davon machen, welche Baumarten die Steinkohlenwälder aufwiesen und welchen Anteil die riesigen Schachtelhalme gehabt haben.

Heute noch sind die Schachtelhalme in fünfundzwanzig Arten fast über die ganze Erde verbreitet; nur in Australien findet man keine Schachtelhalme. Elf Arten kommen bei uns im Mitteleuropäischen Gebiet vor. Aber es sind winzige Vertreter gegenüber jenen ausgestorbenen Formen, und wenn sie auf dem Acker in Menge erscheinen, ist der Bauer wenig erfreut. Mit ihren tiefliegenden Wurzelstöcken, die der Pflug kaum erreicht, sind sie ein lästiges Unkraut. Zwar sterben die „fruchtbaren“ Frühjahrstriebe nach der Aussaat der Sporen ab. Doch nun erscheinen die Sommertriebe. Ihr Stengel ist dem der Frühjahrstriebe entsprechend gebaut. Aber ihre Blätter sind kleiner, und aus den Knoten der Stengel treiben sie nach allen Richtungen Seitentriebe. Im Gegensatz zu den Frühjahrstrieben enthalten die Sommertriebe Blattgrün. Fast wie kleine Tannenbäumchen sehen da die Schachtelhalme aus.

Gewiß, dem Bauern ist der Schachtelhalm ein Ärgernis. Aber er ist doch nicht unnütz. Noch jetzt trägt er die Namen „Zinnkraut“ oder „Scheuerkraut“. Sie stammen aus der Zeit, in der noch in reichem Maße Töpfe, Pfannen und andere Gefäße aus Zinn oder Kupfer in Gebrauch waren. Damals soll zuerst in Erfurt eine



Hausfrau darauf verfallen sein, die Asche von Unkraut aus ihrem Garten, das zum größten Teil aus Schachtelhalm bestand, zum Putzen zu verwenden. Siehe da, es ging vorzüglich: die Gefäße wurden blitzblank! Das lag daran, daß mehr als die Hälfte der Asche des Schachtelhalmes aus Kieselsäure besteht. Versucht das Mittel an euren Aluminiumtöpfen! Ja, ihr braucht sie nur mit dem Kraut kräftig auszureiben, und ihr werdet mit dem Erfolg zufrieden sein!

Aber immerhin ist Schachtelhalm als Putzmittel zu entbehren; die Hausfrau hat andre, die sie sich leichter beschaffen kann. Viel wichtiger ist die Bedeutung, die man der Pflanze schon seit dem Altertum als Heilkraut beimißt. Der griechische Arzt Dioscorides nannte sie Hippuris — heute gehört dieser Name zu einer anderen Pflanze — und schrieb ihr harntreibende und blutstillende Wirkung zu.

Der römische Naturhistoriker Plinius der Ältere gab ihr den Namen Equisetum und lobte vor allem ihre blutstillende Wirkung. Albert Graf von Bollstädt, genannt Albertus Magnus, der gelehrte Dominikaner und bedeutende Naturforscher des dreizehnten Jahrhunderts, schloß sich dem Lobe an.

In der Neuzeit hat sich vor allem der bekannte Pfarrer Kneipp für die Verwendung des Schachtelhalmes als Heilmittel eingesetzt. Die wissenschaftliche Medizin wandte dem Ackerschachtelhalm erst eine größere Aufmerksamkeit zu, als man erkannte, daß Kieselsäure auf den Verlauf von Lungentuberkulose im Anfangsstadium einen günstigen Einfluß ausübt, indem sie durch die Bildung eines derben Bindegewebes die Abkapselung der Krankheitsherde fördert.

Die beste Zeit zum Einsammeln der Schachtelhalm- sprosse sind die Monate Juni, Juli und August.

WURMFARN

Farne im Verein mit riesigen Schachtelhalmen, den Kalamiten, und mit Siegel- und Schuppenbäumen bildeten, wie wir hörten, die ersten ausgedehnten Wälder unserer Erde. Die Wälder sanken zusammen und wurden unter Schutt und Schlamm begraben. Sie verwandelten sich unter dem Druck von oben und der Erdwärme von unten im Laufe von Jahrtausenden zu Steinkohle. Siegel- und Schuppenbäume sind heute überhaupt verschwunden; Schachtelhalme gibt es nur noch in winzigen Arten. Nur Farne, besonders tropische, die bei großer Wärme und hohem Feuchtigkeitsgehalt der Luft günstige Wachstumsbedingungen finden, können noch einen schwachen Eindruck von der Uppigkeit jener Wälder der Steinkohlenzeit vermitteln. Sie treiben über sechs Meter hohe Stämme mit zweieinhalb bis vier Meter langen Wedeln, die fast einen Meter breit sind.

Daran sollten wir denken, wenn wir auf unseren Streifzügen durch Feld und Flur einem Farnkraut begegnen.

An den feuchten Ufern der Waldbäche finden wir den Wurmfarne, seine schlanken Wedel im Quellwasser spiegelnd; aber auch an steilen, schattigen Felswänden oder zwischen den Spalten verwitterter Felsen ist er anzutreffen. Der ziemlich dicke, aufsteigende Wurzelstock schiebt zahlreiche fadenförmige Wurzeln nach unten. Vertrocknete, bräunliche Wedelreste, die seinen Umfang noch vergrößern, umgeben ihn. Die jungen Blätter sind schneckenförmig eingerollt und vollständig

mit Streuschuppen bedeckt. Die älteren bis ein Meter langen Wedel stehen palmartig und sind doppelt gefiedert. In ihren Umrissen zeigen sie lanzettlich-längliche Gestalt. Die einzelnen Fieder sind sehr kurz gestielt, einander wechselständig oder fast gepaart und auf breitem Grunde lineal-lanzettlich. Die Fiederchen sind sitzend, von länglicher, linealförmiger Gestalt und kerbig-sägezählig. Entweder sind sie ganz getrennt oder nur am Grunde schwach miteinander verbunden. Auf der Unterseite des Blattes befinden sich zu beiden Seiten der Mittelrippe der Fiedern zweizeilig angeordnet, ziemlich große, mit einem Schleier bedeckte Fruchthäufchen, in welchen sich die dunkelbraunen Sporen entwickeln. Diese erzeugen, wenn sie in günstigem, nassen Boden aufgehen, einen sogenannten Vorkeim, ein oberirdisches, blattartiges Gebilde. Die Unterseite des Vorkeimes, des Prothalliums, zeigt Wurzelhaare, kuppelförmige männliche und flaschenförmige weibliche Organe. Die weitere Entwicklung könnt ihr nur mit dem Mikroskop verfolgen. Aus den voll ausgereiften männlichen Organen, den Antheridien, treten bei der Berührung mit Wasser kugelige Zellen heraus. Diese Zellen ändern bald ihre Gestalt; sie werden korkzieherförmig. Da sie mit Hilfe feinsten Wimperfäden durch das Wasser schwimmen, werden sie „Schwärmer“ genannt. Ein Schwärmer gelangt zu einem weiblichen Organ, einem Archegonium, dringt ein und verschmilzt mit der Eizelle am Grunde des Organs, und jetzt entwickelt sich aus dieser Eizelle ein neues Farnkraut, indes der Vorkeim abstirbt.

Nun aber betrachten wir den Wurmfarne von der Seite, die uns heute die wichtigste ist; wir wollen wissen, welche Bedeutung er als Heilpflanze hat! Sein Name läßt uns schon seine Verwendung ahnen, und

tatsächlich ist der Wurzelstock ein Wurmmittel, das an Schnelligkeit, Zuverlässigkeit und Milde in der Wirkung von keinem anderen übertroffen wird.

Griechen und Römer schon kannten die heilende Kraft der Pflanze. Seit Jahrhunderten, bis in die Gegenwart, macht man sie sich zunutze. Wilhelm Hufeland, ein 1836 in Berlin verstorbener Arzt und Professor von großem Ruf, pries den Wurmfarn als unübertroffenes Mittel gegen den Bandwurm und andere körperliche Parasiten. Über die Durchführung einer Bandwurmkur schreibt Dr. med. J. A. Schillings: „Die zum Heilgebrauch bestimmte Wurzel muß von allen Schuppen gründlich gereinigt werden. Dann wird der grünlichgelbe Teil der Wurzel und des Strunkes herausgenommen. Vor dem Essen morgens nüchtern und mittags und abends vor dem Schlafengehen nimmt man je zwei Gramm davon. Innerhalb dreier Tage geht dann der Plagegeist ohne Beschwerden ab. Das bei weitem sicherste, rascheste und gefahrloseste Mittel ist jedoch das pharmazeutisch hergestellte ätherische Wurzel-extrakt des Wurmfarnes.“

Die Wurzelstöcke werden im Juli, August oder September gesammelt und in dieser Zeit von den Erfassungsstellen für Heilkräuter aufgekauft; von den Wurzelfasern müssen sie schon befreit sein. Mannigfaltig ist die außermedizinische Verwendung der Farnwedel. Dürre Wedel geben ein empfehlenswertes Material zum Füllen der Matratzen und zum Polstern von Möbeln; sogar Betten werden mit ihnen aufgefüllt. Die Füllung bleibt jahrelang elastisch, ist recht weich und hat den in manchen Gegenden hochgeschätzten Vorteil, lästige Blutsauger fernzuhalten. Wer Farnwedel zu diesen Zwecken benutzen will, muß sie im Herbst sammeln, wenn sie schon dürr geworden sind. Künstlich getrock-

net sind sie unbrauchbar. Wegen ihrer stark konservierend wirkenden Eigenschaften werden in manchen Gegenden Farnwedel unter größere Mehlvorräte gemischt, um ein Muffigwerden zu verhindern.

Aus dem gleichen Grunde benutzt man oft auf großen Fruchtböden Farnwedel als Unterlage und als Verpackungsmaterial für Obst, um es besonders lange frisch zu halten.

Am Farnkraut mögt ihr einmal sehen, wie lange Irrtümer im Gedächtnis der Menschen haften. Ihr könnt heute noch Menschen antreffen, die dem Farnkraut übernatürliche Kräfte nachsagen und vom „Drachenkraut“ oder „Otternkraut“, so nennen sie den Wurmfarn, behaupten, daß jemand, der die Farnsporen findet, zu Glück und Reichtum gelange. Noch bekannter mag der Irrglaube sein, daß jemand, der unversehens auf Farnkraut tritt, sich rettungslos im Wald verirre.

Nun, ich glaube, euch kann man mit solchem Spuk nicht kommen! Ihr sammelt Wurmfarn für die Apotheke und habt keine Sorge, euch zurechtzufinden. Ihr kennt die Wege, ihr kennt den Lauf der Sonne, und wenn euch der Sammeleifer in sehr große Wälder führen sollte, dann wißt ihr auch mit dem Kompaß umzugehen. Und Glück? Ein Leben in Schönheit? Das läßt sich nicht finden wie ein Pilz im Walde. Ihr könnt es euch nur schaffen durch fleißige Arbeit!

GROSSBLUTIGE KÖNIGSKERZE UND GEMEINE KÖNIGSKERZE

Die Ferien sind da, und Rudi und Peter können zu den Großeltern fahren. Im vergangenen Jahre war es nicht möglich, da beide zu früh gebadet hatten, einen mächtigen Husten bekamen und darum nicht reisen durften. Doch das lag nun hinter ihnen und war im Augenblick vergessen!

Die letzten Ermahnungen der Eltern auf dem Wege zum Bahnhof klangen ihnen noch in den Ohren. Sie hatten gewinkt, ohne sich zum Fenster hinauszulehnen, und nun dampfte der Zug mit ihnen durchs Land. Es war eine herrliche Fahrt! Sie durften zum erstenmal allein reisen. Rudi war schon zwölfteinhalb Jahre, was er immer sehr betonte, und Peter erst acht Jahre alt.

Die Zeit verging, und schneller als sie dachten, gelangten die beiden „Weltenbummler“ an Ort und Stelle. Freudig wurden sie von den Großeltern begrüßt; es gab viel zu fragen und zu erzählen, und im Nu hieß es: „Jetzt ins Bett!“

Am nächsten Morgen standen beide schon sehr zeitig auf, denn sie hatten der Großmutter versprochen, ihr beim Sammeln von Kräutern zu helfen, und wenn es auch erst schwer fiel — versprochen war versprochen! Sie trödelten auch nicht beim Anziehen; beim Frühstück hatten sie es schon selber eilig, und bald hatten sie ihre Körbe am Arm und zogen mit der Großmutter los.

Nach einer knappen halben Stunde waren sie am Ziel. Dort standen viele hohe, gelbe Blumen. „So“, sagte

die Großmutter, „nun müßt ihr von diesen Blumen die goldgelben Blüten sammeln.“

„Was für Blumen sind das, Großmutter?“ fragte Peter.

„Das sind Königskerzen“, sagte sie. „Seht sie euch richtig an, sie sind sehr heilkräftig! Seht hier, diese schlanken, hohen Stauden — diese hier ist doch gut zwei Meter hoch — das sind Pflanzen im zweiten Jahr. Im ersten Jahre hatten sie erst solche große Rosetten niederliegender oder aufgerichteter, breit eiförmiger Blätter gebildet, wie ihr sie hier noch seht. Erst im zweiten Jahre erhebt sich aus der Mitte der Blüten-schaft. Er ist, seht her, wie bei dieser Pflanze unten reich beblättert und endet oben in einer langen, gestreckten Blütenähre, die nacheinander von unten nach oben aufblüht. Faßt einmal die Pflanzenteile an, den Stengel und auch die Blätter, da fühlt ihr überall eine dichte, wollig-filzige Behaarung. Deshalb führt die Pflanze auch den Namen „Wollblume“. Im übrigen sind die eiförmigen Blätter runzelig und am Rande stark gekerbt. Die Blüten sind kurzstielig und knäuelig gehäuft. Sie blühen goldgelb, sehr selten weiß. Die Früchte sind kapselförmig.“

„Und im dritten Jahr?“

„Da kommen sie nicht wieder; sie sind zweijährig.“

„Wachsen die Königskerzen nur bei euch hier?“ erkundigte sich Rudi.

„Nein, überall an un bebauten Stellen, Bahndämmen und Wegrändern, wo es recht sonnig ist. Ob sie nur in Deutschland vorkommen, weiß ich nicht ganz genau, aber schau nur nachher mal in mein Kräuterbuch, dort wirst du es finden.“

„Warum sammelt man eigentlich nur die Blüten, Großmutter?“ fragte Peter.

„Früher hat man wohl auch Blätter und Samen als Arznei benutzt; aber mit der Zeit ist man davon ganz abgekommen. Der Apotheker verwendet nicht einmal die ganze Blüte, sondern nur die Blütenkrone mit den fünf ungleichen Staubblättern. Davon sind die drei oberen kürzer und an den Staubfäden weiß-wollig behaart. Die Blüten müssen sehr sorgfältig gepflückt und auch sehr sorgfältig gelagert werden. Ihr könnt es euch bei mir mal anschauen. Auf alle Fälle darf man die Blüten nur in den Vormittagsstunden sammeln, da im Juli und August, zur Blütezeit, in der Hitze des Mittags die Blüten erschlaffen. Man darf sie nicht in Säcken sammeln, da sie sich sonst darin selbst erhitzen. Aber ich glaube, es wird jetzt Zeit, nach Hause zu gehen. Die Sonne steht schon hoch am Himmel.“

Die Körbe wurden aufgenommen, und die drei begaben sich auf den Heimweg.

Zu Hause zeigte ihnen die Großmutter die Lagerung der Königskerzenblüten. Sie schüttete die Blüten auf Pappe und Sackleinwand dünn aus, um sie im Schatten zu trocknen. Für die getrockneten Blüten hielt sie einen dichtschießenden Behälter bereit.

Nach dem Mittagessen gab die Großmutter Rudi ihr Heilkräuterbuch, damit er noch einmal nachblättern könnte. Es dauerte nicht lange, da hatte er, was er suchte und rief:

„Paß auf, Großmutter, ich werde dir jetzt einiges vorlesen, was du uns noch nicht verraten hast! Die Königskerze gehört mit ihren beiden Arten *Verbascum thapsiforme* Schrad. und *Verbascum phlomoides* L. zur Familie der Rachenblütler, *Scrophulariaceae*. Sie kommt hauptsächlich in Ungarn vor, aber auch in den übrigen Ländern Europas, in Vorderasien und Nordafrika. Häufig wird sie durch Fraßschäden von Insek-

ten vernichtet. Auch von pflanzlichen Parasiten, wie Rostpilzen, Echem und Falschem Mehltau, wird sie heimgesucht. Die getrocknete Blüte ist durch die kupferrote Dörrobstmotte gefährdet. Die Königskerzenblüte ist ein Bestandteil in Brusttees und Hustentees. Ihre reizlindernde Wirkung ist einem starken Schleimgehalt zuzuschreiben, ihre schleimlösende Wirkung wird durch das in ihr enthaltene Saponin ausgelöst. So, und das andere hast du uns ja schon erzählt!"

„Wißt ihr auch, woher der Name Königskerze kommt?“ fragte der Großvater, der inzwischen eingetreten war. „Stellt sie euch noch einmal vor! Hochgereckt wie ein großgewachsener, stattlicher Mann, leuchtend strahlen an der Spitze und an Seitentrieben die gelben Blüten! Jede Pflanze eine stolze, eine „königliche“ Kerze! Die Pflanze begegnet uns auch häufig im alten Heiligenglauben. Auf alten Bildern wird die Jungfrau Maria mit der Königskerze, dem Himmelsbrand, der Johanniskerze oder dem Fackelkraut, und was sie sonst noch für Namen hat, in der Hand dargestellt. Bei den alten Griechen wurde die Königskerze als Fackel verwandt, und zwar nachdem man sie in Pech eingetaucht hatte.“

Rudi war sehr nachdenklich geworden. „Ich habe niemals gedacht, daß man so viel über eine wildwachsende Pflanze berichten könnte. Ich habe diese Blume immer für ein unnützes Unkraut gehalten, das sich in unsern Gärten einnistet, wenn man nicht aufpaßt, und das wir doch nicht haben wollen. Höchstens draußen in einem weiten Gelände haben wir sie gelten lassen, wenn wir sie gelb in der Sonne leuchten sahen. Ich glaube, meinen Schulkameraden geht es nicht anders. Wenn die Ferien vorüber sind, dann werde ich ihnen mal ein neues Licht aufstecken über die

Königskerze und vielleicht über manche andere Pflanze, die ich bei euch noch kennenlernen werde.“

„Ja“, sagte der Großvater, „das ist eine sehr schöne Aufgabe, denn die Heilkraft unserer heimatlichen Pflanzen und ihre Bedeutung wird, besonders in der Großstadt, immer noch nicht genügend gewürdigt.“





KALMUS

Es war Abend geworden. Das geschäftige Treiben des Tages war erloschen. Von Zeit zu Zeit hörte man ein leises Rauschen der Bäume. Im kleinen Teich quakten ein paar Frösche, eine Grille zirpte, und kleine Fische sprangen aus dem Wasser. Sonst war es still. Die Sonne ging langsam unter. Ein leichter Wind strich liebkosend über die Seerosen hin, verweilte einen Augenblick bei den Weiden und raschelte in den Blättern des Kalmus, *Acorus calamus* L., die in ihrer aus dem Wasser ragenden bis zu ein Meter langen und ein bis zwei Zentimeter breiten, schwertförmigen Gestalt denen der Schwertlilie ähneln. Schon die Griechen des Altertums kannten die Pflanze. Dioskorides gab ihr den Namen *Acorus*. Im sechzehnten Jahrhundert kam der Name *calamus* hinzu, das bedeutet Schilf, Rohr. Nach Europa wurde die Pflanze 1574 aus Konstantinopel eingeführt und wurde in den kaiserlichen Gärten Wiens angepflanzt, von wo aus sie sich schnell über ganz Mitteleuropa verbreitete.

Doch nun zurück zu unserem Teich! Es ist inzwischen dunkel geworden, und der Mond spiegelt sich auf der Wasseroberfläche, auf der eine vom Grunde losgerissene Kalmuspflanze mit ihrem sehr langen, plattgedrückten, drei Zentimeter breiten Wurzelstock schwimmt. Die zahlreichen kleinen Wurzeln, die aus den Blattnarben an der Unterseite des Wurzelstockes entspringen, ziehen gemächlich hinterdrein und beschreiben ihre eigenen kleinen Kreise. Aus dem Endknoten des Wurzelstockes, der bereits im Vorjahr ange-

legt wurde, ist ein meterhoher, zusammengedrückt-dreikantiger Blätterschaft emporgewachsen, der an der Seite einen abstehenden, walzenförmigen, etwa acht Zentimeter langen und eineinhalb Zentimeter dicken Blütenkolben trägt. Er pendelt wie ein kleines Ruder hinterdrein, und man könnte meinen, er gehöre gar nicht mehr dazu. Er ist mit unzähligen kleinen, im Juni, Juli aufblühenden Blüten dicht besetzt.

Diese Blüten befinden sich an einer fleischigen Achse und weisen je sechs bleichgrünlich gefärbte Blütenblätter, sechs Staubfäden und einen Fruchtknoten mit sitzender Narbe auf. Ihr werdet nun fragen: „Warum so viel Aufsehen wegen einer einsam dahintreibenden Pflanze?“

Doch halt, dieses Aufsehen ist nicht ganz unberechtigt; denn der Wurzelstock dieses Kalmus, der einen wüzig bitteren und aromatischen Stoff enthält, wird im „Deutschen Arzneibuch“ unter Rhizoma Calami als beliebtes Heilmittel geführt. Man benutzt ihn in erster Linie als Magenmittel bei Verdauungsschwäche und Magenkrämpfen. Bäder, zu denen der Absud des Wurzelstocks verwendet wird, helfen ausgezeichnet gegen Lähmungen, Skrofulose und Rachitis. Der Wurzelstock erhält, nachdem er gespalten und getrocknet ist, eine gelblich-weiße Farbe. Er enthält einen Bitterstoff, das Acorin, dessen Zusammensetzung man noch nicht genau kennt, ätherisches Öl, welches eine dicke, gelbe bis braungelbe Flüssigkeit ist und ungefähr zu andert-halb Prozent im Wurzelstock enthalten sein soll, und weiterhin einen beim Trocknen entstehenden Gerbstoff.

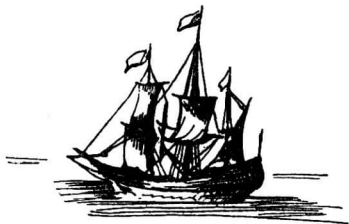
Wegen seines aromatischen Geschmacks wird der Kalmus auch zur Herstellung von Likören verwendet. In dicker Zuckerlösung eingekocht, ergibt er ein appe-

titanregendes Mittel. In der Apotheke bekommt man den Kalmusspiritus zu kaufen, der bei Rheumatismus und Gicht zum Einreiben benutzt wird. Die Blätter des Kalmus werden in der Landwirtschaft gern dem Kuhfutter zugesetzt.

Ja, so viel Heilkraft und Nutzwert hättet ihr dieser Pflanze, welche ihr immer nur zum ‚Pipen-machen‘ benutzt, sicher nicht zugetraut! Blätter und Blütenkolben, das sind alte Bekannte, die wir gern mit nach Hause nehmen; aber der Wurzelstock, der im dichten Schlamm steckt, den haben die wenigsten gesehen, und wenn, dann achtlos nach dem Herausreißen wieder fortgeworfen.

Lernt hieran erkennen, daß auch wertlos Erscheinendes für uns von großer Bedeutung sein kann!

TORMENTILLWURZ



Der Hamburger Hafen in den Julitagen 1812. Soeben legt die deutsche Brigg „Marianne“ an. Ein Boot mit dem Superkargo Richardsen an Bord nähert sich dem Schiff. Wenige Minuten später betritt Richardsen die Kajüte des Kapitäns.

„Hallo! Gute Fahrt gehabt?“

Brummig erwidert der Kapitän: „Der Teufel soll die verdammten Wurzeln Ratanhia holen oder wie sie heißen! Ich möchte wissen, warum wir wegen der knorrigen Wurzeln bis nach Peru und Bolivien schaukeln müssen. Ein schönes Geld wird hier hinausgeschmissen, und dieses Zeug, wenn es auch eine Arzneipflanze sein soll, muß doch erst sogar in den Bergen der Anden gesucht werden. Haben wir nicht in Deutschland genug Wurzeln? Meine alte Muhme hätte dieses Überseeerzeugnis bestimmt nicht gebraucht; sie kannte alle Heilkräuter und wußte daraus so manche Medizin zuzubereiten!“

Schweigend hat Richardsen zugehört. Jetzt unterbricht er ihn. „Hören Sie endlich auf! Sie wissen schließlich doch genau, daß die südamerikanische Ratanhiawurzel die einzige Pflanze in der Welt ist, mit der man bestimmte entzündliche Vorgänge, die mit

Schwellung, Rötung und krankhaften Absonderungen der Schleimhäute verbunden sind, erfolgreich behandeln und heilen kann. Ob es sich um Darmkatarrh, um Erkrankungen der Darmschleimhaut, rheumatische Erkrankungen handelt, oder um Skorbut und Mundfäule, das ist ganz gleich. Sie ist dafür ein Allheilmittel, und in ganz Europa gibt es nichts, das sie ersetzen könnte.“

Hier wollen wir den Kaufmann Richardsen unterbrechen. Einmal, da wir nicht mehr zu wissen begehren, wie er mit dem Kapitän seine geschäftlichen Angelegenheiten weiter bespricht, und zum andern, weil dem biedereren Kaufherrn ein großer Irrtum unterlaufen ist. Es gibt in Europa, namentlich bei uns in Deutschland, eine Pflanze, die genau die gleiche Heilkraft besitzt wie die Ratanhiawurzel!

Auf nassen Wiesen, Heiden, Mooren, auf Triften und Bergwiesen, aber auch in schattigen Wäldern blüht eine kleine Blume, *Potentilla erecta* (L.) Raeusch. Sie ist fünfzehn bis dreißig Zentimeter hoch und hat einen aufrechten Stengel, der oben verzweigt ist. Ihre aufsitzenden oder kurz gestielten, dreizähligen Stengelblätter und großen, tief dreispaltigen Nebenblätter sind ungleichmäßig um den Stengel gruppiert. Sie gehört zur Familie der Rosengewächse, und unter der Vielzahl von Verwandten ist sie leicht an der Vierzahl ihrer Blütenteile erkenntlich. Die Blüten sitzen meist einzeln auf langen Stielen, haben einen vierzähligen Haupt- und Nebenkelnch und vier gelbe, umgekehrt herzförmige, etwas ausgerandete Blütenblätter, in Farbe und Größe ähnlich denen des Hahnenfußes. Die Früchte sind kleine, dem trockenen Blütenboden aufsitzende Nüßchen.

Wenn wir im Frühjahr vor dem Austreiben oder im Herbst den Wurzelstock dieser Pflanze ausgraben und ihn von den langen, starren Wurzeln und den ober-

irdischen Pflanzenteilen befreien, erhalten wir einen ungefähr acht Zentimeter langen und etwa drei Zentimeter dicken Wurzelknorren, die deutsche „Ratanhiawurzel“, unsere einheimische Tormentillwurz, von der Kaufmann Richardsen nichts wußte. Er kaufte in Übersee. Aber die Muhme des Kapitäns hat sicher die Ruhrwurzel, Blutwurzel oder Rotheilwurzel, wie die Tormentillwurz im Volksmunde noch heißt, gekannt.

Woher kommen diese Namen? Nun, wer den Wurzelstock zerschneidet, sieht, wie die frische Schnittfläche blutrot anläuft. Später, wenn die Wurzel gewaschen und getrocknet ist, ist sie sehr hart und rotbraun gefärbt; die Oberfläche ist runzlig, und deutlich sind die Wurzelnarben zu erkennen.

Die getrocknete Wurzel ist geruchlos; wer aber versucht, ein Stückchen davon zu kauen, der wird feststellen, daß ihm der Saft den ganzen Mund zusammenzieht. In der Medizin hat man dafür den Ausdruck „adstringieren“. Dieses Zusammenziehen ist auf einen außerordentlich hohen Gerbstoffgehalt zurückzuführen. Wegen ihres Gerbstoffes wird ja zum Beispiel auch Eichenrinde in der Heilkunst angewandt, aber nur äußerlich. Jeder Lohgerber kann euch darüber Näheres sagen, und er wird auch bestätigen, daß die Tormentillwurz die wichtigste einheimische Gerbstoffpflanze ist.

Bekannt war die Pflanze bereits im alten Griechenland; auch im alten Rom wurde sie medizinisch verwendet. Im Mittelalter trat der berühmte Arzt Bombastus Theophrastus Paracelsus für die Verwendung der Pflanze ein. Doch mit der zunehmenden Einfuhr und der großzügigen Propaganda für ausländische Arzneien und Drogen wurde die Tormentillwurz verdrängt und ihr Platz von der Ratanhiawurzel aus Südamerika eingenommen. Erst als man im ersten Welt-

kriege genötigt war, die Einfuhren zu drosseln und ausländische Drogen, wenn möglich, durch einheimische zu ersetzen, da kam die Tormentillwurzel auch in der neuen Medizin wieder zu Ansehen. Von nun an hat sie sich von ihrem Platz nicht wieder verdrängen lassen. Sie gilt als sehr wirksames Adstringens. Unter dem Einfluß der Adstringentien schrumpfen entzündete Schleimhäute; sie werden blaß und trocknen ein, da durch die Berührung mit einem gerbenden Stoff eine Verdichtung des Gewebes eintritt und oberflächliche Blutungen schnell zum Stillstand kommen.

Im allgemeinen verwendet man einen Absud aus der geschnittenen Wurzel, die gemahlene Wurzel als Drogenpulver oder die Tormentillatinktur, die tropfenweise genommen wird. Tinktur wird hauptsächlich bei Mundentzündungen, Mundfäule und dergleichen benutzt. Sie ist wirklich, wie viele Beispiele erweisen, eine gleichwertige, vielleicht sogar noch bessere Medizin als die nicht immer vorhandene, nur jetzt noch mehr bekannte Myrrhen- oder die Ratanhiatinktur. Noch schnellere und bessere Heilerfolge kann man erzielen, das verriet mir mein Arzt, wenn eine Kombination der Tinktur von Tormentillwurzel mit Salbei oder Bibernelle, oder wenn sie mit einem Zusatz von Essigsaurer Tonerde zu gleichen Teilen verwendet wird.

Die Geschichte der Tormentillwurzel ist ein lehrreiches Beispiel dafür, daß es sehr oft möglich ist, aus Übersee stammende Drogen durch gleich wirksame einheimische Kräuter zu ersetzen. Natürlich müssen eingehende wissenschaftliche Untersuchungen die Zweckmäßigkeit und Nützlichkeit eines solchen Austausches erhärten.

GEMEINE BÄRENTRAUBE

In der sechsten Klasse herrschte einige Aufregung. Eben war in der Deutschstunde ein Aufsatz über einheimische Heilkräuter geschrieben worden. Der Junglehrer Walter, der allen als leidenschaftlicher Biologe bekannt war, hatte diese Heilpflanzen, die gerade im Naturkundeunterricht behandelt worden waren, nun auch noch zum Thema des deutschen Aufsatzes gewählt. Ob das nicht ein bißchen viel verlangt wäre, ob man auch im Aufsatz noch so hintenherum sehen wolle, wie einer in der Biologiestunde aufgepaßt habe, ob das überhaupt noch schön sei, — die Wogen gingen hoch, und Dorle, die Klassenvertreterin, hatte ihre liebe Not, Ruhe und Ordnung in die aufgeregten Diskussionen zu bringen. Endlich verschaffte sie sich Gehör.

„Ich habe für euch noch eine besondere Überraschung. Streitet euch doch nicht um den Aufsatz! Morgen macht unsere Klasse gerade mit Herrn Walter eine naturkundliche Exkursion. Wir wollen an Ort und Stelle Heilkräuter suchen und sie studieren. Da sind wir in der Wirklichkeit und können lernen. Das ist wichtiger als alle Aufsätze. Wir sammeln Heilkräuter. In jeder Zeitung steht, wie wichtig das ist. Wenn man dafür keine ausländischen Medizinen mehr zu kaufen braucht, tun wir noch etwas für unsere Volkswirtschaft.“

Damit trat Dorle ab. Es war höchste Zeit, denn Heini, der Klassenobermeckerer, tippte sich bezeichnend vor die Stirn.

„Exkursion gut, Ausflug prima, aber wie eine Kräut-
terhexe blöde Kräuter pflücken, wo wir doch eine
große Industrie haben, die chemisch alles herstellt! —
Ich denke nicht daran! Herbert, wir spielen Fußball,
oder besser, wir fangen eine Ringelnatter für unsern
Schulzoo; aber Kräuter — niemals! Die werden ja doch
nicht gebraucht!“

Fast schien es, als ob seine Meinung den Sieg davon-
tragen würde, und schon wollte Dorle geharnischt ent-
gegenen, da wurde sie von Herrn Walter unterbrochen,
dessen Eintritt ins Klassenzimmer im Eifer der Reden
gar nicht bemerkt worden war.

„Aber Heini, wer wird denn gleich so laut ins Horn
stoßen! Laßt mich nur noch einmal erzählen — natür-
lich von den Heilkräutern, damit ihr morgen mit Freude
bei der Sache seid.“

Und Herr Walter konnte erzählen, und seine Er-
zählung von einer einzigen Pflanze, der „Gemeinen
Bärentraube“, *Arctostaphylos uva-ursi* (L.) Spr., gab den
Lauschenden genügend zu denken, wie selbst Schul-
kinder mit dem Sammeln von Heilkräutern schon den
Aufbau unserer Heimat unterstützen können.

Auch wir hören dem Lehrer zu. Wir kommen gerade
noch zurecht, wie er in flinken Strichen an der Tafel
einen — —

„Das sieht bald aus wie Buxbaum oder wie Preisel-
beere“ flüstert Heini seinem Nebenmann zu.

„Seht ihr“, sagt der Lehrer dabei, „da gibt es in
unsern Wäldern einen kleinen, immergrünen Halb-
strauch mit niederliegenden Stengeln und derben, glän-
zend ledrigen, verkehrt eiförmigen Blättern, die tat-
sächlich mit denen der Preiselbeere Ähnlichkeit haben.
Im April und Mai erscheinen an den Spitzen der Zweige
kleine, kurzgestielte, überhängende Blüten. Ihre fünf-

zähligen Blumenkronen sind wachsartig weiß mit rosa-gefärbten Zipfeln. Schon im Juni, spätestens aber Juli, hat sich eine erbsengroße, glatte, rote Frucht gebildet, eine Steinbeere mit fünf Kernen. Die Beere ist, obwohl sie nicht besonders schmeckt, genießbar.

Sicher seid ihr der Pflanze schon einmal begegnet, wenn sie auch bei uns nicht allzu häufig anzutreffen ist.

Wie ihr wißt, bin ich schon viel in unserer Heimat herumgekommen und habe da für die Pflanze auch andere Namen gehört. Da sagen manche Menschen zu der Bärentraube Moos-, Stein- oder Wolfsbeere, und mein Onkel nannte sie auch Wilden Buxbaum. Aber für uns sind nicht die Namen so wichtig. Für uns ist wichtig, daß von dieser Staude, oder besser gesagt, von den im Mai bis Juli gesammelten Blättern der Staude, früher jährlich fünfhundert Tonnen und mehr aus Skandinavien, aus den Alpenländern und aus Spanien eingeführt worden sind, ja, daß es bei uns noch zu wenig gibt und wir für teures Geld, für Devisen, die Blätter aus dem Ausland kaufen müssen. Da staunt man, nicht wahr? Müßte es darum nicht für uns alle eine Aufgabe sein, unserer Heimat durch gewissenhaftes Sammeln so viel Geld wie möglich zu ersparen?

Wie ist das nun mit der Bärentraube? Wir wollen einmal untersuchen, worin der Wert der Staude besteht! In den Blättern ist ein Stoff enthalten, das Arbutin. Dieses Arbutin ist ein wertvolles Heilmittel bei Erkrankung der Nieren und der Harnwege. Keimwidrig und entzündungshemmend wirkt Bärentraubentee, der aus den kleingeschnittenen Blättern ausgekocht wird. Die Wirkung ist verblüffend, und die Pflanze ist ein äußerst wertvolles Medikament. Sie hat schon vielen Tausend Menschen Linderung und Heilung gebracht. Zum besseren Verständnis wollen wir einige chemische

Untersuchungen anstellen. Herbert und Dorle, kommt einmal her! . . .“

Hier wollen wir die sechste Klasse und den Lehrer Walter verlassen, weil wir ihm Glauben schenken und die eingehende wissenschaftliche Untersuchung und Begründung der Heilmittellehre jetzt nicht unsere Aufgabe ist. Aber meint ihr nicht auch, daß es bei solchem Lehrer ein Vergnügen ist, zu lernen, auch von den Heilkräutern? Das hat auch Heini erfahren, der Überkritische. Heini ist mein kleiner Neffe. Er besuchte mich neulich, und was er da sagte, klang ganz anders, als was er erst seiner Klasse vorgesetzt hatte. Voll Freude und Stolz erzählte er von seinem Lehrer. Die Exkursion war ein großer Erfolg! Natürlich sammelte die Klasse hauptsächlich Bärentraubenblätter. Und Heini konnte mir mit Eifer erklären, daß man, um die Blätter nicht mit anderen zu verwechseln, auf ganz bestimmte Merkmale achten müsse. Die etwa zwei Zentimeter langen und ein Zentimeter breiten, lederartigen Blätter haben nämlich auf der Oberfläche ein etwas eingesenktes, starkverästeltes Adernetz; der Mittelnerv bildet auf der Oberseite des Blattes eine einfache Rinne, und die etwas zurückgebogenen Blattspitzen wirken leicht eingekerbt. Braune Blätter kommen aber nicht mehr in Frage! „So, nun weißt du es auch“, sagte Heini. „Und weißt du auch, warum die Bärentraube so heißt? Die Beere wurde, so sagte man, sehr gerne von Bären gefressen, und der lateinische Name uva-ursi ist eine wörtliche Übersetzung“, belehrte er mich. Und ich habe die Belehrung angenommen.

Könnt ihr euch denken, wer damals die meisten Heilkräuter gesammelt hat? Ja, Hein, der Meckerer!

Und seine Erzählung war der Anstoß für mich, euch dieses kleine Buch über die Heilkräuter zu schreiben.

TOLLKIRSCHEN

In den sumpfigen, feuchtheißen Hochwäldern Brasiliens, an den Ufern des Rio Parana, des Amazonas und des Orinoko lebt der Schrecken des Urwaldes. Furcht erfüllt die Herzen der Menschen, die seinen Namen nennen, und selbst der Jaguar verläßt vor ihm sein Lager und meidet die Begegnung. Gleich einem aufgerollten Seil lauert die vier Meter lange Schlange auf ihr Opfer. Nur ein kurzes Zischen warnt die verfolgte Kreatur vor ihrem Angriff. Der Biß ist tödlich. Einzig sofortige ärztliche Hilfe kann das gefährdete Leben retten. Ihr fragt nach dem Namen? Die Indios nennen diese giftigste und gefährlichste Schlange der Welt aus der Familie der Grubenottern den „Buschmeister“. „Kaèpora“, der unsichtbare Tod, sagen die Indios des Anti-Suyu am Amazonas.

Ihr könnt mir jetzt sagen: „Was soll das? Bei uns gibt es nur die Kreuzotter, wenn wir schon von einer giftigen Schlange reden, und so giftig ist diese nun auch nicht!“ Ihr habt recht. Eine so giftige Schlange lebt nicht bei uns; doch in unserem herrlichen Thüringer Wald, im Harz, im Erzgebirge, im Schwarzwald und nicht zuletzt in den Alpenländern begegnen wir einem Geschöpf der Natur, das an Giftigkeit dieser Schlange kaum nachsteht. Nein, es ist zum Glück kein Tier, das uns angreifen könnte, doch ist es darum nicht minder gefährlich!

Wir wollen es einmal aufspüren. Seht ihr, dort, inmitten der weitverzweigten Brombeersträucher, da ist es!

Violettbraun, fast anderthalb Meter hoch, erhebt sich ein langer gegabelter Stengel mit großen, eiförmigen, ganzrandigen, zugespitzten Blättern. Die nickenden, glockigen Blüten sind purpurrot geädert und am Grunde grünlichgelb, am fünfflappigen Saume violettbraun gefärbt. Sie sitzen auf kurzem Stiel, einzeln, selten zu zweien, in den Achseln eines regelmäßig aus einem größeren und einem kleineren Blatt gebildeten Blatt-paares.

Der tiefe, grüne Blütenkelch ist glockenförmig; später vergrößert er sich und bekommt abstehende Zipfel. Ende Juli, Anfang August bildet sich aus der Blüte eine fast kirschgroße, grüne Beere, die langsam eine glänzende violette bis schwarze Farbe annimmt. Schützend umhüllt sie ihr grüner Kelch.

Wißt ihr nun, was ich mit der Herrscherin des Urwaldes verglich? Den Namen kennt ihr gewiß, — es ist die Tollkirsche. Im Volksmund trägt sie noch andere Bezeichnungen, wie Teufelskirsche, Wolfsbeere, Schlaf-beere und Waldnachtschatten.

Sie wächst in Mittel- und Südeuropa als eine Vertreterin der Nachtschattengewächse, der Solanaceen. Die deutschen Namen weisen vor allem auf die Giftigkeit der Beere hin; aber alle Teile der Pflanze sind gleich giftig.

In dieser Pflanze wohnen Tod und Leben dicht nebeneinander, Tod für denjenigen, der in spielerischem Leichtsinn die so einladend aussehende Beere ißt, ein Blatt zerkaut oder den Saft in eine Wunde bekommt, Leben in der Hand des Arztes und des Apothekers.

Eine Vergiftung mit der *Atropa belladonna* L., so heißt die Pflanze in der Botanik, erfordert unbedingt ärztliche Hilfe. Vorher kann man nur versuchen, durch irgend-

ein Brechmittel so viel Gift wie nur möglich wieder aus dem Körper zu entfernen.

Als Heilmittel ist Atropin, das in der Pflanze überreich vorhandene Alkaloid, in vielen Medikamenten enthalten. In der Chirurgie, in der Augenbehandlung, bei inneren Leiden wird das Gift dem Arzt zu einem wirklichen Hilfsmittel. Seiten könnten gefüllt werden mit den Namen der Krankheiten, bei denen es Heilung bringt. Die Homöopathie im besonderen verwendet Belladonna bei Herzentzündung.

Der Artnamen belladonna bedeutet „schöne Frau“. Er weist auf die pupillenerweiternde Wirkung des Atropins hin. Geringe Mengen in die Augen getropft, erweitern die Pupille, so daß dann der Blick feuriger erscheint. Eine Verwendung, die durchaus nicht unbedenklich ist! Wegen ihrer zentralerregenden Wirkung wurde die Pflanze auch in venetianischen Gift- und Liebestränken benutzt, die im Mittelalter weit verbreitet waren.

Der Gattungsname *Atropa* wurde vom Namen einer der drei Parzen entlehnt, die nach der griechischen Götterlehre den Lebensfaden der Menschen spinnen. Klotho spinnt den Faden, Lachesis zieht ihn aus, und Atropos schneidet ihn ab. So bringt, will der Name sagen, der Genuß der Pflanze den Tod.

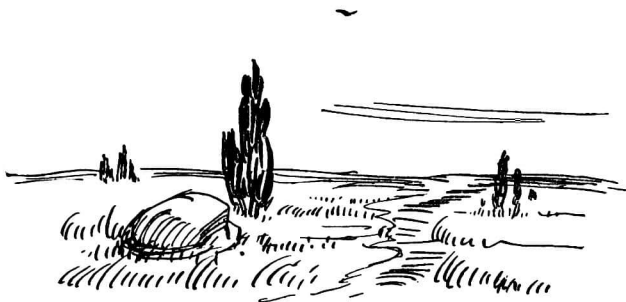
Der Gelehrte Matthiolus erwähnte den Namen „Belladonna“ im Jahre 1558 zum ersten Male; zur gleichen Zeit finden wir die Pflanze im Kräuterbuch des heilkundigen Mönches Leonhard. In den Schullesebüchern eurer Urgroßväter erschien sie unter den Giftpflanzen, vor denen man warnte wie vor tollwutkranken Hunden. Ihr wißt: Nie die Beeren essen oder auch nur kosten; in der Pflanze wohnt der Tod. Überlaßt sie dem Arzt; er weiß damit zu helfen und zu heilen!

WACHOLDER

Der immergrüne Strauch mit der graubraunen, glatten Rinde, die in späteren Jahren rissig wird und mitunter sogar ganz vom Stamm abblättert, hat sich im Laufe vieler Jahrhunderte als eine außerordentlich nützliche Pflanze erwiesen.

Als ich vor Jahren einmal durch die Lüneburger Heide wanderte, stand ich staunend vor einem Wacholderriesen. Der Strauch, *Juniperus communis* L., war hier zu einem Baume geworden. Sein Stammumfang betrug mehr als ein Meter, und die Krone erhob sich bis zur Höhe von zwölf Metern. Siebenhundert bis achthundert Jahre sind solche Bäume alt, und wenn sie reden könnten, wüßten sie wohl viel zu erzählen.

Ich wollte zunächst gar nicht glauben, daß ich vor einem Wacholderbaum stünde, und sah ihn mir erst ganz genau an. Da waren die nadelförmigen, langzugespitzten, zehn bis fünfzehn Millimeter langen und ein bis zwei Millimeter breiten Blätter, die sich zu dreien quirlförmig um die Zweige gruppieren. Auch die grau-



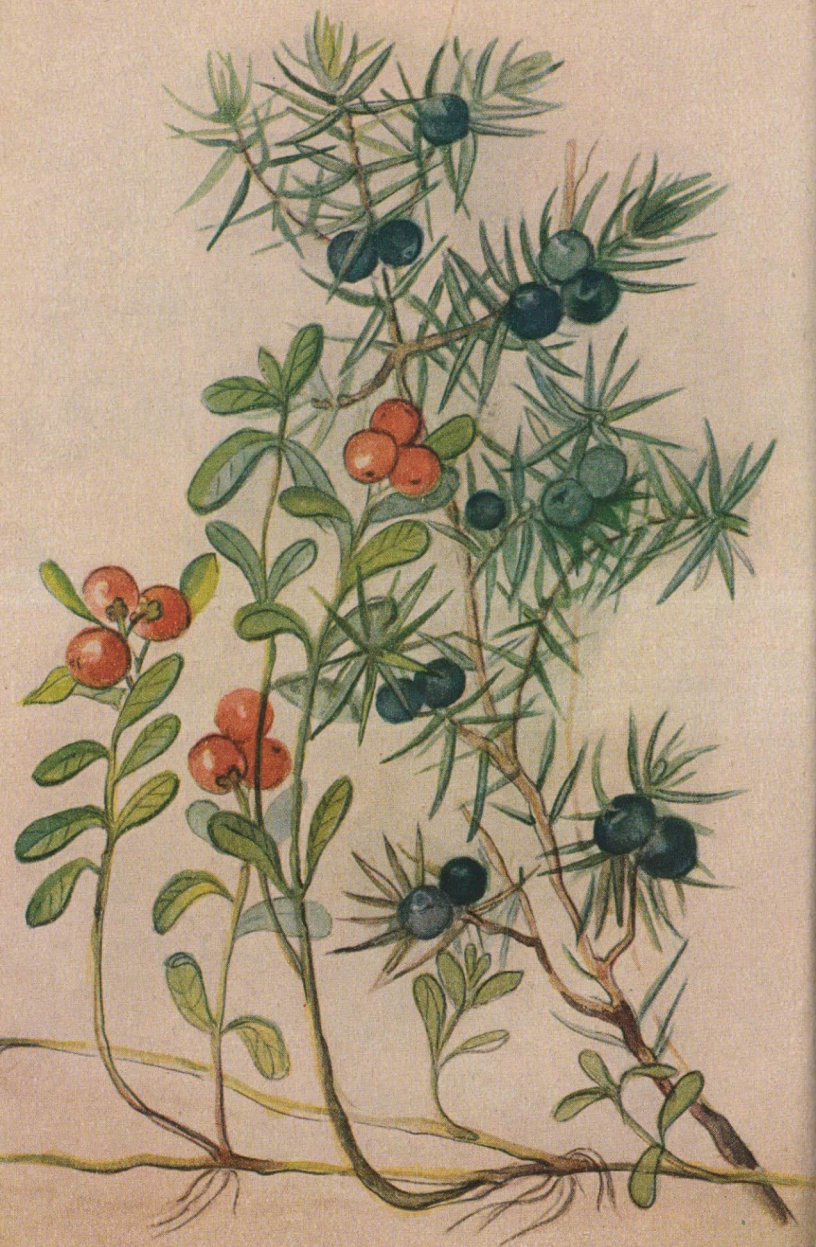
grüne Farbe der Blätter stimmte. Doch all das war noch nicht überzeugend. In der Schule hatten wir gelernt, daß der Machandel oder Wacholder im Gegensatz zu vielen andern Gewächsen nur männliche oder weibliche Blüten trägt, die unscheinbar als kleine gelbe Punkte in den Achseln der Blätter stehen. Ich fand auch dies bestätigt. Es war also wirklich ein Wacholderbaum.

Im Herbst unternahm ich einen Ausflug in den Thüringer Wald. Hier in den dichten Kiefernwäldern traf ich im wildwachsenden Unterholz meinen alten Bekannten aus der Lüneburger Heide, den in Deutschland unter Naturschutz stehenden Wacholder. Als Busch erkannte ich ihn schon leichter. Selten trifft man ihn so wie hier in dichten Beständen, doch der Strauch war nicht zu verkennen.

Ich fand nun auch die Wacholderbeeren, die ihr sicher kennt. Aus den bestäubten weiblichen Blüten entwickeln sich Scheinbeeren. Untersuchen wir diese genau, dann stellen wir nämlich fest, daß es sich eigentlich um kleine, fleischige Zapfen handelt, die in ihrem Aufbau den Zapfen der übrigen Nadelhölzer entsprechen. Darum werden die Früchte des Wacholders auch Beerenzapfen genannt. Im ersten Jahr sind sie noch sehr klein und grün. Erst im zweiten Jahr, manchmal sogar erst im dritten, sind sie zu schwarzen, blaubereiften Beeren ausgewachsen. Sie schmecken trotz ihrem herben Aroma süßlich und infolge ihres ätherischen Ölgehaltes etwas bitter.

Neulich durchstöberte ich einen alten Buchladen und fand ganz verstaubt in einer Ecke ein altes Kräuterbuch. Dort las ich, wie der Wacholder zu seinem Namen kam. In der Zeit, als die Menschen noch in dunklem Aberglauben überall Geister und Gnomen sahen und alle Dinge, die sie sich nicht erklären









konnten, unbekannten Dämonen zuschoben und urteilslose Eltern ungezogenen Kindern mit dem Hinweis auf strafende Geister törichte Angst einredeten, entstand der Name. Da sollte nämlich in Niedersachsen die „Spinntrude“, eine schreckliche alte Frau, faule Mädchen, die beim Spinnen einschliefen, mit einem Wacholderzweig wachgeprügelt, und Wichtelmännchen sollten faule Menschen, die lange im Bett lagen, mit einem Wacholderzweig aus den Federn gejagt haben. Frau Holle, die Schneefrau, besaß als Regentin einen Wacholderzweig, so erzählten die Menschen. Eine einwandfreie, wirkliche Erklärung für Herkunft und Bedeutung des Wortes zu geben, ist den Sprachgelehrten bis jetzt nicht gelungen, vielleicht bedeutet es nur eine Übertragung des lateinischen Namens „Juniperus“, das heißt „immergrüner, lebendiger Baum“.

Im Mittelalter erzählten sich die Christen, daß aus einem Wacholderbaum das Kreuz Jesu gezimmert worden sei, und daß der Wacholder darum nur noch als Strauch vegetieren dürfe.

Als im fünfzehnten und sechzehnten Jahrhundert der schwarze Tod, die Pest, durch Europa raste, war der Wacholderstrauch äußerst begehrt. In den Häusern wurden die harzigen Zweige und Nadeln verbrannt, und würzige Luft durchströmte die Räume. Man glaubte, den Pestatem zu vertreiben. Leider gab man sich einer Täuschung hin, in Wirklichkeit besitzt der Rauch des Wacholders keine keimtötende Wirkung.

Später wurde mit den harzigen Zweigen Fleisch geräuchert; der eigenartige, würzige Geschmack, den es dadurch annahm, wurde ganz besonders geschätzt. Als man entdeckte, daß man aus den Beeren einen Branntwein destillieren konnte, wurde der Wacholder

sogar in großen Gärten gepflanzt und gezogen. Wohl jeder kennt den englischen Gin oder den deutschen Steinhäger, der aus Wacholder hergestellt wird.

Den Arabern fällt das Verdienst zu, eingedickten Wacholdersaft in die Medizin eingeführt zu haben. Er wird bis heute unter dem lateinischen Namen *Succus Juniperi inspissatus* bei der Herstellung von Rezepten verwendet.

Die reifen Beeren sind ein vielseitig gebrauchtes Mittel unserer Hausapotheke. Wenn wir die schwarzen Beeren im Herbst sammeln, müssen wir sie an der Luft trocknen, bis sie eine schwarzbraune Farbe annehmen und die Oberfläche wie eingestäubt aussieht. Hellbraune, graue, alte oder verschrumpfte Früchte können wir nicht verwerten.

Und wogegen wird nun dies Hausmittel angewandt?

Aus zerquetschten Beeren wird ein Teeaufguß bereitet. Dieser Tee dient als harn- und schweißtreibendes Mittel bei Wassersucht, chronischen Schleimflüssen der Harnorgane, bei Blasenblähungen, rheumatischen und gichtischen Leiden.

Das aus reifen Beeren gepreßte Öl ist ein hervorragendes Heilmittel bei chronischen Hautkrankheiten, Ekzemen und dergleichen. Doch hier müssen wir unbedingt erst den Arzt zu Rate ziehen. Seit Jahrhunderten wird es übrigens auf dem Lande bei Hautleiden der Tiere verwendet. Unsere Vorfahren benutzten Wacholder als Küchengewürz und gaben damit dem Braten einen kräftigen Geschmack. Und — etwas ganz anderes — ein Bad mit einem Wacholderzusatz galt ihnen als besonders erfrischend. Wer's versucht, wird es bestätigt finden!

Für uns ist es eine wichtige Aufgabe, mit offenen Augen durch die Heimat zu wandern, die so viel

Schönes birgt. All die mannigfaltigen Blumen, die vielerlei Früchte an den Sträuchern, zu denen auch der Wacholder gehört, sind Schätze, die uns die Natur zu Füßen legt, und die wir nutzen können.

WERMUT

O Scheiden, o Meiden, du bitteres Kraut,
Wer hat dich zuerst im Garten gebaut?
Konnt er nichts Besseres ziehen?
Er hat dich mit seinen Augen betaut,
Davon bist du gediehen.

Diese Zeilen widmete Friedrich Rückert dem Wermut.

Wermut? Wer denkt nicht gleich an den bitteren Tropfen in einem Becher süßen Weines, an den Tropfen, der genügt, jeden süßen Saft in einen bitteren Trank zu verwandeln?

Wie sieht die Pflanze aus, von der er stammt?

In warmen, trockenen Gegenden unserer Heimat, an sonnigen Hängen, Steinbrüchen und Wegrändern, ja auch im Garten treffen wir auf den Wermut. Häufiger noch freilich finden wir das Bratengewürz aus der gleichen Pflanzengattung, den Gemeinen Beifuß. Die beiden Arten der gleichen Gattung wollen wir nicht verwechseln!

Wermut ist eine mehrjährige, krautige Pflanze. Im ersten Jahre bildet sie ein umfangreiches Büschel langgestielter, dreifach fiederteiliger Blätter, im zweiten Jahre treibt die Pflanze aufrechte, ästige Stengel, die eine Höhe bis zu hundertfünfundzwanzig Zentimetern erreichen. An den Stengeln hängen lange Blütenrispen mit zahlreichen, nickenden, gelben Blütenköpfchen, die etwa drei Millimeter dick, fast kugelig und kurzgestielt sind. Die unteren Stengelblätter sind doppelt, die oberen einfach fiederteilig. Sie sind, wie die ganze

Pflanze, dicht behaart, oberseits graugrün und auf der Unterseite silbrig seidenfilzig. Den kleinen Blütenköpfchen, die meist einzeln in den Achseln der lanzettförmigen Deckblätter stehen, fehlen die Zungenblüten.

So, jetzt wissen wir wenigstens, wie die Pflanze aussieht und kosten ein Blatt. Es schmeckt stark bitter!

Wenn wir die Geschichte des Wermuts betrachten, beschränken wir uns auf das spätere Mittelalter, denn sonst müßte ein ganzes Buch geschrieben werden.

Es war im Jahre 1483. Wochenlang schon glühte die heiße Sommersonne über den Feldern Thüringens. Monatelang war kein Regen gefallen, und auf den Äckern verdorrte das Getreide. Gräser und Blumen ließen die welken Blätter hängen. In den Ställen brüllte das Vieh, voll Verlangen nach frischem, saftigem Grün.

Als wieder einmal ein heißer Sonntag über der Stadt Erfurt brütete, versammelten sich nach dem Kirchgang auf dem Rathausplatz zweitausenddreihundertsechzehn Jungfrauen, um in einer großen Prozession die Jungfrau Maria um Regen zu bitten. Davon versprach man sich Hilfe. Ob sie eingetroffen ist, wissen wir nicht. Aber uns erscheint im Augenblick beachtlich, daß die Jungfrauen grüne Kränze aus Wermut im aufgelösten Haar trugen. Man schrieb dem Wermut eine besondere Wirkung zu, und das geschieht noch bis ins 19. Jahrhundert, ja wohl gar bis heute. In verschiedenen Gegenden Frankreichs werden zum Beispiel am Johannisfest Kinder mit Wermut bekränzt, um sie gegen Krankheit und Zauberei zu schützen.

Schon die Alchemisten des fünfzehnten und sechzehnten Jahrhunderts entdeckten, daß man aus den vergorenen Blättern der Wermutstaude Branntwein oder Likör herstellen konnte — den Absinth — ein sehr

starkes, grünliches Getränk. Vor allem in Frankreich wurde es viel genossen. Zola, der große französische Realist, benennt nach dem Getränk einen ganzen Band seiner Romanfolge „Les Rougon-Macquart“. Allerdings benutzt er darin den Namen, den das Volk dem gefährlichen Schnaps gegeben hat: „Der Totschläger“ (L'assommoir). In diesem „Absinth“ wohnte, wie man früher zu sagen pflegte, der Teufel. Menschen, die regelmäßig oder vielleicht gar übermäßig davon tranken, litten nach gewisser Zeit an Gedächtnisschwäche, an Halluzinationen und schließlich an Krämpfen epileptischer Art. Das in der Pflanze enthaltene ätherische Öl, das solche Wirkungen auslöst, enthält einen Giftstoff, das Thujon. Jetzt ist in Frankreich wie in Deutschland, in Belgien und der Schweiz die Herstellung und die Einfuhr von Absinth verboten.

Wahrlich genug Böses und Gutes wurde in der Vergangenheit diesem Kraut nachgesagt! Der immer tiefer schürfenden medizinischen Wissenschaft unseres Jahrhunderts gelang es, aufzuklären, welches Unheil der Wermut im Absinth anrichten kann, aber auch, welchen Segen er als recht verwendete Heilpflanze zu stiften vermag. Denn lange hatte man darüber keine sichere Kenntnis, obwohl der Wermut sicher eine alte Heilpflanze ist und die Ägypter sie schon vor Jahrtausenden in ihren Papyri erwähnen.

Wenn wir uns mit einem Arzt über die Anwendung von Wermut unterhalten, werden wir erstaunt feststellen, wie vielseitig die Heilwirkungen dieser Pflanze sind. In der größten Sommerhitze, im Juli, August, werden die blühenden Zweigspitzen und die unteren Blätter gepflückt oder mit einer Sichel geschnitten. Im Spätherbst kann man nochmals Laubsprossen abernten. Die Blätter werden an der Luft unter häufigem Wenden

getrocknet. Der Wermut ist im Verbrauch sehr sparsam, denn zur Herstellung eines wirksamen Teeaufgusses brauchen wir auf einen halben Liter Wasser nicht mehr als fünf bis sieben Gramm getrockneten Wermut. Es ist nicht ratsam, eine größere Menge zu nehmen, sonst wäre leicht möglich, daß sich dieselben Folgen einstellen wie bei den Absinthtrinkern. So, als Tee getrunken, bringt Wermut Linderung bei Epilepsie, Lähmung und Podagra, Koliken des Darms, der Galle und der Harnwege, bei chronischem Magenkatarrh und Magenkrämpfen. Wer an Appetitlosigkeit, Magen- oder Verdauungsschwäche leidet, dem verschafft der wohl-schmeckende, aromatische Wermutwein eine angenehme Erleichterung. Dem Arzt und dem Apotheker aber ist viel wichtiger, daß er den Wermut zur Bereitung einer ganzen Reihe heilsamer Medizinen verwenden kann.

Ich glaube, wenn wir nun wieder von Wermut sprechen, werden wir vor allem daran denken, daß diese Pflanze, die ihren Namen entweder vom englischen Worm-wood (Wurmholz) oder vom althochdeutschen Werm-not (Wärme und Wurzel) bekommen hat, doch schon seit Jahrtausenden bis in unsere heutige Zeit unendlich vielen Menschen Linderung und Heilung gebracht hat.

TAUSENDGULDENKRAUT



Heute erzähle ich etwas über eine kleine Pflanze, die wir auf grasigen Hügeln, sonnigen Wiesen und Triften unserer Heimat überall antreffen; ich meine das Tausendgüldenkraut, *Centaurium umbellatum* Gilib. Vielleicht kennt ihr es auch unter dem Namen Fieberkraut, Erdgalle, roter Aurin oder Biberkraut.

Eine ganze Geschichte steckt in ihrem botanischen Namen. Früher war der Gattungsname der Pflanze „*Erythraea*“. Er wurde dem Kraut wegen der roten Blüten gegeben; denn griechisch „*erythros*“ bedeutet „rot“. Der jetzige Gattungsname der Pflanze ist „*Centaurium*“. Habt ihr schon einmal etwas von den Zentauren gehört? Nun, die Griechen des alten Hellas, so nannte man Griechenland im Altertum, dachten sich darunter Wesen mit dem Oberkörper eines Mannes auf

dem Rumpf eines Pferdes. Der Centaur Chiron galt als Heilkundiger, und er soll mit unserm Tausendgüldenkraut einst Patroklos, einen berühmten Helden der griechischen Sage, geheilt haben. Das wäre die Erklärung der botanischen Bezeichnung. Aber viel wunderlicheren Ursprungs ist die Entstehung des deutschen Namens.

Der Sprachforscher August Schleicher entdeckte, daß der Name durch die Nachlässigkeit eines Mönches entstanden ist. In den zahlreichen Aufzeichnungen der schreibkundigen Mönche in den Klöstern kehrte die Bezeichnung „centum aureum“ wieder, das heißt hundert Gulden, geschrieben „hundert fl.“ Aus Bequemlichkeit lasen sie zusammengezogen Centaurium. Wegen des Gleichklangs im Namen benutzten sie das Zeichen auch für die Pflanze. Dann ist den Schreibern eine Null zu viel aus der Feder gehuscht. So wurden es tausend fl. Diese Bezeichnung wurde eigentlich gedankenlos ins Deutsche übersetzt, und so entstand der Name „Tausendgüldenkraut“. Dem Volke aber erschien das Kraut wegen der großen Heilkräfte, die man ihm früher in allerdings überschwänglicher Weise zuschrieb, schlechthin tausend Gulden wert. In einem alten mundartlichen Gedichtband fand ich eine sinnige poetische Erklärung des Namens. Eine lange Ballade erzählt die Geschichte von einem reichen Manne, den die Ärzte bereits aufgegeben hatten. Nun verspricht er in seiner Angst Gott und allen Engeln tausend Gulden für seine Genesung. Ein Engel erscheint und bringt ihm ein Kraut mit dem Hinweis, dafür tausend Gulden an die Armen zu geben. Der Mann genas. Nun mag es dem Reichen sicher nicht sonderlich gepaßt haben, tausend Gulden für eine Pflanze zu zahlen, die er dann in seinem Garten als Unkraut fand. Er tat es, um sich nicht

dem göttlichen Zorn auszusetzen, stöhnte aber noch oft über das Tausendgüldenkraut. Und so soll es zu seinem Namen gekommen sein. — Nun, so ganz genau wird man das wohl nie mehr feststellen können, und wenn wir heute ihre Heilkraft auch nicht so einfach auf einen Geldwert von tausend Gulden schätzen, so ist sie doch eine sehr wertvolle Heilpflanze.

Aber nun zur Pflanze selbst! Seht! Dort am Abhang finden wir schon ihre ersten Vertreter. Sie ist zweijährig. Im ersten Jahre treibt die Wurzel eine Rosette von zahlreichen Blättern. Aus dieser Rosette erhebt sich im zweiten Jahre der vierkantige Stengel, der bis zu fünfunddreißig Zentimeter hoch wird. Die Blätter sind eilänglich, manchmal aber auch lineal-lanzettförmig, ganzrandig und völlig kahl. Zahlreiche Blüten sind in ziemlich eben gelegenen Trugdolden vereinigt. Die blaßrote Blütenkrone hat fünf Zipfel, die sich in der Regel nur bei trockenem Wetter und Sonnenschein öffnen. Die Frucht ist kapselförmig und enthält zahlreiche sehr kleine, bräunliche Samenkörner.

Wenn wir im Juli das blühende Kraut sammeln und sorgfältig von den Wurzeln reinigen, es im Schatten trocknen und zerschnitten in Holz- oder Blechgefäßen aufbewahren, dann haben wir ein gutes Hausmittel gegen allerlei Beschwerden und Erkrankungen. Der sehr bittere, starke Tee daraus wirkt magenstärkend; er vertreibt Sodbrennen und setzt bei Fieber die Körpertemperatur herab. Geschwüre werden mit Umschlägen von einem Aufguß des Tausendgüldenkrauts behandelt. Der Apotheker gewinnt aus der Pflanze das *Extractum Centaurii*, das die gleiche Wirkung zeigt. Mein Arzt hat mir noch ein gutes Rezept verraten für Menschen, die im Magen öfters ein Kältegefühl empfinden. Diese sollten sich einen Tee kochen,

der aus dreißig Teilen Tausendgüldenkraut, zehn Teilen Wermut, zehn Teilen Pfefferminz und fünf Teilen Baldrian besteht, und diesen recht warm trinken. Die Zubereitung ist folgende: In das kochende Wasser wird das Tausendgüldenkraut geworfen und zehn Minuten gekocht, erst dann werden die andern Kräuter zugefügt. Ohne den Tee länger zu kochen, lasse man ihn jetzt zugedeckt eine Viertelstunde ziehen.

Meine Großmutter, die ihr Leben auf dem Lande verbracht hat und eine große Kenntnis unserer einheimischen Heilkräuter besitzt, schwört auf dieses Rezept, und sie muß es wohl wissen.

Zum Schluß will ich noch verraten, daß man früher Tausendgüldenkraut auch bei der Bierbrauerei verwandte, um dem Bier einen guten, bitteren Geschmack zu geben. Wahrlich, es läßt sich recht vieles über die Nützlichkeit der kleinen Pflanze sagen.

SCHAFGARBE

Uralt ist die Geschichte der Schafgarbe! Laßt euch von mir wieder einmal in die Welt der griechischen Sagen führen, denn aus ihr stammt der Name *Achillea millefolium* L.

Die Sage erzählt: „Achilles war der Sohn des Myrmidonenkönigs Peleus und der Meergöttin Thetis. Als er neun Jahre zählte, weissagte der Priester Kalchas, die Stadt Troja könne ohne Achilles nicht erobert werden, aber Achilles würde dabei den Tod finden. Da brachte Thetis ihren Sohn zu seinem Schutz auf die Insel Skyros. Hier wuchs er in Mädchenkleidern unter den Töchtern des Königs Lykomedes auf. Doch auch die Griechen kannten die Weissagung, und als man von Kalchas den Aufenthaltsort erfahren hatte, machten sich die Helden Odysseus und Diomedes auf die Fahrt, Achilles aufzusuchen. Sie fanden ihn, und Achilles schloß sich dem Kriegszuge gegen Troja an.“ Das geschah im Jahre 1193 vor unserer Zeitrechnung. Die Griechen landeten an der trojanischen Küste, und es kam zu schweren Kämpfen. Achilles verwundete den trojanischen Heerführer Telephos. Im weiteren Verlauf des Krieges wurde aber Achilles gezwungen, die Wunden des Telephos wieder zu heilen. Da blühte nahe dem Ort der Verwundung auf einer Wiese eine fast ein Meter hohe Pflanze mit aufrechtem, einfachem Stengel. Die im Umriss länglich lanzettähnlichen Blätter waren fiederspaltig mit linealischen, stachelspitzigen Zipfelchen. Stengel und Blätter wirkten zottig. Die kleinen, weißen Blüten standen in zusammengesetzter vielköpfi-

ger Trugdolde. Der Hüllkelch der einzelnen Blütenköpfchen war dachziegelig. Die weißen Blütenköpfchen waren von fünf Randblüten umgeben, die keine Staubgefäße enthielten und zungenförmig mit rundlichem Saume gestaltet waren. Es ist die Schafgarbe, die ihr vielleicht auch unter dem Namen Feldgarbe, Schafrippe, Neunkraft, Sichelkraut, Gotteshand, Reelse, Röölk, Feldhopfen — weil man sie auch zum Bierbrauen in manchen Gegenden verwendet — Valhumall oder auch Tausendblatt kennt. Der lateinische Name „millefolium“ bedeutet nämlich „Tausendblatt“ und bezieht sich auf die feine Zerteilung der gefiederten Blätter.

Diese Pflanze verwandte Achilles zum Heilen von Telephos' Wunden, und seitdem glänzt der Ruhm des Achilles auch über der Pflanze, die die Menschen mit dem Gattungsnamen „Achillea“ benannten.

Seit Jahrhunderten, ja ich möchte sagen, seit Jahrtausenden benützten die Menschen die Pflanze zur Heilung von Wunden, die durch eiserne Waffen und Werkzeuge entstanden sind. Aber auch sonst traut man ihr geradezu Wunderkräfte zu.

Besuchen wir einmal die Hirten und Bauern! Da hören wir, daß man zu Frühjahrskuren bei Leber-, Milz- und Zehrkrankheiten, bei Hypochondrie und allgemeinem Nichtwohlbefinden die jungen Blätter in frischem Zustand in wenig Wasser abkochen und das daraus abgossene Getränk einnehmen soll. Man muß es nur allmorgendlich längere Zeit hindurch gebrauchen, und der Erfolg soll nicht lange auf sich warten lassen. Die zerquetschten Blätter benutzt man zu zerteilenden Umschlägen bei Eiterungen. Dieselbe Wirkung läßt sich erzielen mit den getrockneten Blüten, die, mit Kamille gemischt, mit warmem Wasser gut durchfeuchtet, warm aufgelegt werden.

Schafgarbe wird nicht nur als Hausmittel geschätzt, auch Ärzte benutzen sie zu ihren Kuren.

So viel gilt heute als gewiß, daß Schafgarbe Blutungen stillt, daß sie Magenkatarrh vorteilhaft beeinflusst und anregend auf die Tätigkeit der Galle wirkt.

Diese Wirkung beruht auf drei Bestandteilen dieser schwach aromatisch riechenden und bitterlich herb schmeckenden Pflanze, einem blauem ätherischen Öl, einem Bitterstoff „Achillein“ und der Akonit-säure. Die Pharmazie stellt aus Blättern und Blüten das Extractum Millefolie, eine Medizin, her. Wer Schafgarbe eintragen will, muß Blätter und Blüten im Juni und Juli sammeln. Das Schneiden und Trocknen kann er den Erfassungsstellen überlassen.

Die Schafgarbe ist nicht nur eine Heilpflanze; sie gilt als eines der besten Futterkräuter und wird namentlich von Wiederkäuern bevorzugt. Vielleicht hat die Pflanze für sie zugleich eine gesundheitsfördernde Wirkung.

Auf einer großen Geflügelfarm beobachtete ich, wie kleingehackte Blätter von Schafgarbe unter das Futter der Jungtiere gemischt wurden. Als ich fragte warum, erklärte mir der Züchter, daß man damit den Hühnern die Würmer austreibe.

Zum Schluß sei noch erwähnt, daß aus der Schafgarbe ein Magenlikör bereitet wird. Auch der Schweizer „Genipi“ wird aus dieser Pflanze hergestellt.

Fürwahr ein erstaunliches Kraut!

So, nun einen Beutel zur Hand und frisch auf, wir wollen sehen, wer am meisten Schafgarbe sammelt! Aber haltet euch nur an Schafgarbe, denn den Rat will ich euch noch ein für allemal geben: Um wirklich nützliche Arbeit zu leisten, soll man immer nur eine Pflanzenart sammeln, nicht mehrere auf einmal; glaubt mir, das wäre unnütz anstrengend!

ROTER FINGERHUT

Ich lag im Sonnenschein auf einem Hügel des Thüringer Waldes. Ringsumher stand der Rote Fingerhut, *Digitalis purpurea* L., in voller Blüte.

Man hat der Pflanze den Namen „Roter Fingerhut“ wegen der Form ihrer Blüten gegeben. Ihr verdankt sie auch die Namen „Waldglöcklein“, „Waldschelle“. Auch „Unsrer lieben Frauen Handschuh“ wird sie genannt. Die roten Blüten in der langen Blütentraube sind ein prächtiger Schmuck ihres reich beblätterten, aufrechten, graufilzigen Stengels mit den zarten und weichen Härchen. Hoch überragt er die zehn Zentimeter breiten und manchmal dreißig Zentimeter langen Bodenblätter. Anderthalb Meter hoch kann er werden. Und dabei war die Pflanze vor einem Jahre nur erst zu einer etwas emporgehobenen Rosette krautiger, an der Unterseite filziger Blätter gediehen, und im Herbst vor zwei Jahren war davon nichts da als ein ganz kleines, ein dreiviertel Millimeter langes und ein halbes Millimeter breites, braunes Samenkorn. Wie stattlich steht heute die Pflanze da in ihrer dunkelgrünen Blätterpracht, mit den prunkenden Blüten!

Dem Fingerhut begegnen wir häufig. In den Mittelgebirgen treffen wir ihn auf sonnigen Hügeln und felsigen Abhängen, besonders oft in Thüringen und im Harz. Hier bedeckt er oft ganze Hügel und Hänge.

Die gefährliche Pflanze enthält verschiedene Giftstoffe, die alle auf das Herz wirken; der schlimmste heißt nach dem botanischen Gattungsnamen der Pflanze „Digitalin“.



Dieser Giftstoff Digitalin ist aber für den Arzt ein außerordentlich wichtiges Heilmittel. Es wird in reiner Form aus der Pflanze gewonnen, und er verwendet es in sehr sorgfältig bemessenen kleinen Gaben als Herzmittel, ebenso wie einen zweiten aus der Pflanze gewonnenen Stoff, das „Digitonin“. Beide Mittel erhöhen den Blutdruck und verlang-

samen den Puls. Organische Herzleiden, Herzklappenfehler mit Blutüberfüllung der Lunge, Gelbsucht und Blausucht, verminderte, hochrote Harnabsonderung, wassersüchtige Anschwellungen der Füße werden damit behandelt. Ein bekannter Arzt, Dr. Dyrenfurth, sagt vom Roten Fingerhut:

„Eine mächtige Heilkraft ruht in dieser Pflanze. Vornehmlich in den Blättern des wildwachsenden, zweijährigen Roten Fingerhutes, kurz vor der Blütezeit, ist die Heilkraft eine so wohltätige, daß der Arzt, ihrer beraubt, waffenlos vielen schweren Leiden gegenüberstehen würde. Mit ihr beschwichtigt er des Herzens stürmisches Klopfen und den eiligen Lauf der Blutwelle, sie hilft ihm die Fieberglut bändigen, die Atemnot lindern, die Macht der Entzündung brechen und die Schleusen von krankhaften Wasseransammlungen





öffnen. All diese Dinge vollbringt sie einzig durch ihre Eigenschaft, den Herzschlag zu verlangsamen, indem sie diejenigen Nervenfasern zur Tätigkeit anspornt, deren Amt es ist, das Ticktack des lebendigen Uhrwerks zu hemmen. Digitalis ist das Bleigewicht des Herzens. Sie schafft wie kein anderes Ruhe dem gequälten Organ, wenn es gewaltig in der Brust hämmert. Bei ihrem Gebrauch lernt es, sich sparsamer zusammenzuziehen, und der Puls fällt mehr und mehr.“

Dies Lob bezieht sich nur auf den Roten Fingerhut, dessen Blätter erfahrene Sammler von Heilkräutern kurz vor der Blütezeit oder höchstens zu Beginn der Blüte pflücken.

Nach zwei Jahren verlieren sie ihren Wert. Und der verwandte, ebenso schöne Gelbe Fingerhut kommt für die Heilkunde überhaupt nicht in Betracht.

Wegen der schönen Blüten wird die stattliche Staude auch gern in Gärten gezogen. Aber jeder weiß, daß bei der Pflanze Vorsicht geboten ist; denn sie ist sehr giftig, und für alle Kinder heißt es: „Finger davon!“ Wer von der Pflanze genießt, fühlt bald in Schlund und Magen furchtbares Brennen; er muß sich erbrechen. Leibscherzen und Durchfall stellen sich ein. Das Herz schlägt langsamer. Ist schon zu viel Gift in den Körper gekommen, hilft kein Mittel mehr. Das Herz wird völlig gelähmt; der Tod tritt ein.

ECHTER STURMHUT

Hui — rief der Wind und tobte über Felder, Wiesen und Wälder. Er raste über die Norddeutsche Tiefebene und übersprang die Mittelgebirge. Bei Rosenheim in Bayern erreichte er die Alpen. Er blies dem Senner die Pfeife aus, und überall verbreitete er Schrecken und Unordnung. Tief bogen sich die Pflanzen zur Erde und neigten ihr Haupt. Nur eine Pflanze begrüßte den Sturm mit Freude, der blaublühende Sturmhut.

Man könnte meinen, so müßte eine Geschichte über den „Sturmhut“ beginnen. Aber weit gefehlt! Der poetisch klingende Name ist nichts als ein Vergleich mit einer Kopfbedeckung vergangener Zeiten.

Als leibeigene Bauern auf den Feldern der Ritter und Fürsten arbeiteten, als wenige, reiche Menschen sie wie Sklaven schufteten ließen und als wohlhabende Kaufleute aus den immer größer werdenden Städten mit hochbeladenen Planwagen durch Deutschland zogen, trugen die Soldaten der Zeit, die Landsknechte, einen eigenartig gebogenen Eisenhelm, den „Sturmhut“.

Auf dem über meterhohen Stengel, der sich oben in mehrere Äste gabelt, sitzen unregelmäßig die dunkelvioletten Blüten. Und nun seht euch einmal die Blüte an! Sie weist fünf violette Blütenblätter auf, deren oberstes helmförmig gewölbt ist und zwei langgestielte, kappenförmige und gespornte Kronenblätter einschließt. Die drei übrigen Kronenblätter sind klein und verkümmert. Und dann besucht ein Museum, in dem ihr alte Waffen betrachten könnt. Da werdet ihr sicher

auch einen der vorhin erwähnten Sturmhüte, eine solche Eisenhaube, finden und feststellen, wie sehr die Blüte ihr ähnlich ist. Aus dem Fruchtknoten der Blüten entwickelt sich eine kapselförmige Frucht, aus der Ende September viele kleine, schwarzbraune, dreikantige Samenkörner zur Erde fallen.

Die auf der Oberseite dunkelgrünen, auf der unteren Seite helleren Blätter sind nicht zu verkennen. Sie sind tief fingerförmig eingeschnitten und meist fiederteilig angeordnet.

Aber nun noch einmal zurück zum Senner auf der Alm! Hier, in den Alpen, in tausend bis fünfzehnhundert Metern Höhe, vielleicht auch noch höher bei zweitausend Metern, treffen wir tatsächlich wildwachsenden Sturmhut. Doch ist er auch in Mitteldeutschland, in Thüringen, vereinzelt in Sachsen und im Harz zu sehen. Außerdem gibt es kaum einen Garten, in dem nicht der Echte Sturmhut als Zierstaude einen Weg säumt oder den Steingarten schmückt.

Als mir in einer Gärtnerei der Sturmhut zum ersten Male vorgestellt wurde, schrieb ich mir die lange Reihe seiner sonstigen Namen in mein Notizbuch, hört sie an: Eisenhut, Peterskappe, Mönchskappe, Fischerkappe, Reiterkappe, Venuswagen, Giftwurzel, Wolfswurzel, Gelster oder Kappenblume, das alles sind deutsche Namen für die Pflanze; der lateinische ist: „*Aconitum napellus* L.“

Ich habe nachgeforscht, was dieser Name bedeutet. Die einen behaupten „*Aconitum*“ sei vom Namen der Stadt Akonis in Griechenland abzuleiten; andere sagen, die Bezeichnung bedeute eine auf nackten Felsen wachsende Giftpflanze. Sie sei entsprossen, wo Tropfen des giftigen Geifers auf den Felsen fielen, als nach der griechischen Sage Herkules den dreiköpfigen

Wachthund vor der Unterwelt, den Cerberus, ans Licht der Oberwelt geschleppt habe.

Napellus aber ist die Verkleinerungsform von *napus*; es bedeutet „Rübchen“ und bezieht sich auf die Gestalt der Wurzel. Und da wir nun bei der Wurzel sind, so soll gleich gesagt werden, daß die beiden fleischigen Wurzelknollen das Wertvollste sind, daß sie aber auch den größten Teil des gefährlichen Giftstoffes enthalten. Denn so schön der Sturmhut aussieht, — er ist eine heftig wirkende, sehr gefährliche Giftpflanze, und wehe dem, der beim Pflücken oder Zerdrücken der Blüte versehentlich den Pflanzensaft in eine Wunde bekommt!

Der Giftstoff ist ein Alkaloid, das „Akonitin“. Rein dargestellt, bildet es ein gelbliches Pulver von anfangs scharf bitterem und hinterher brennend scharfem Geschmack.

Wird es auf die Haut gebracht, verursacht es Entzündungen und Blasen. Wenn es genossen wird, ruft es Entzündung des Speisekanals, Erbrechen, Durchfall, Reißen im Kopf, im Leibe und in den Gliedern, kalten Schweiß, Zittern der Glieder und endlich den Tod hervor.

Die Bauern in meiner Heimat sagen zwar: „Wenn eine Kuh die Pflanze frißt, dann muß sie sterben; ein Pferd frißt sie ohne Schaden.“ Aber ein Mensch besitzt natürlich keine Pferdenatur. Wer sich mit dem Sturmhut vergiftet, muß sofort zum Arzt!

In den Händen des Arztes ist der Saft eine unschätzbare Arznei gegen akuten Gelenkrheumatismus, gegen Gicht und gegen die Englische Krankheit. Auch bei beginnendem Fieber ist er ein hervorragendes Gegengift. Schon nach zwei bis drei Tagen beseitigt das Akonitin die Krankheitserscheinungen, und der Mensch ist

wieder wohlauf. Aber ich wiederhole: Nie allein Doktor spielen! Immer erst den Arzt fragen!

Wenn wir genügend Vorsicht walten lassen und uns nach dem Sammeln gut die Hände waschen, dann können auch wir dazu beitragen, vielen, vielen Menschen Linderung und Heilung zu verschaffen, indem wir die Pflanze der richtigen Verwendung zuführen. Denkt einmal nach! Wenn sich Tausende von Jungen und Mädeln aufmachen, die hier in diesem Buche genannten Heilkräuter sammeln und sie unserer Wirtschaft, das heißt den dazu allerorts bestimmten Sammelstellen, zuführen, welche wertvolle Hilfe sie allein damit unseren arbeitenden Menschen leisten! Und wer sich ernstlich mit dem Sammeln befaßt, bekommt noch eine ganze Zahl weiterer zugewiesen, die hier gar nicht alle genannt werden können. Das würde ein dickes Buch ergeben, und hier sollt ihr nur erst einmal einsehen, wie wichtig das richtige Sammeln der Heilkräuter überhaupt ist.

Beim Sturmhut müssen wir kurz vor der Blüte oder noch im Anfang der Blütezeit, ungefähr im Juli, mit dem Eintragen beginnen. Die ganze Pflanze wird verwendet; am wichtigsten aber sind die Rübenknollen.

Wenn ihr sie findet, setzt euch mit einer Sammelstelle in Verbindung, laßt euch dort noch einmal beraten; euer Taschengeld bekommt einen guten Zuschuß, und ihr könnt euch das Geld zusammensparen für ein großes, ausführliches Kräuterbuch!

SPITZWEGERICH

An einem etwas trüben Augusttage gelangte ich gegen Nachmittag an ein altes Bauernhaus. Hoch reckte sich der Dachfirst in die Höhe. Ein Balkon trug die eingekerbte Jahreszahl 1651. Auf einer Bank vor dem efeuberankten Fenster saß der Altbauer. Geruhsam sah er dem Spiel kleiner Kätzchen zu. Die Luft war erfüllt vom ratternden Geräusch einer Dreschmaschine, die hinter der abseits gelegenen Scheune stand. Arbeit und Ruhe dicht beieinander!

Mein Gruß wurde mit einem herzlichen „Guten Tag“ erwidert, und bald waren wir in ein Gespräch über Ernte und Jahreszeit, über Damals und Heute versunken. Es blieb nicht aus, daß ich ins Haus gebeten wurde, und hier machte ich eine Entdeckung.

In einer Fensterecke stand eine wundervolle, handgeschnitzte alte Truhe, deren Deckel in plastisch genauer Nachbildung eine Spitzwegerichpflanze aufwies. Ich erkannte die vielblättrige Rosette der Wurzelblätter, die lanzettlich, langgestreckt nach beiden Seiten zu verschmälert und dicht gezähnt den hohen, fünffirstigen Blütenschaft umgaben. Ja, man konnte fast die feinen Härchen ahnen, die, wenn auch nicht zu jeder Jahreszeit, Blätter und Stiel bedecken. Auch die Blüte, eiförmig zur Ähre gewachsen und in der Natur erst als grüne Ähre, später als braune Rombe mit vielen feinen gelben Blütchen bedeckt, war genau erkennbar.

Als ich den Alten nach der Bedeutung fragte, lächelte er und klappte den Truhendeckel auf. Dort stand in mehreren Reihen eingekerbter Buchstaben zu lesen:

„Ehre und Achtung dem Spitzwegerich, ihm zum Ruhme schnitzte ich, Rudolf Ereke, diese Truhe.“

Das war gewissermaßen die Überschrift; doch dann ging's weiter!

„Gar viel hält der Landmann von der Heilkraft der Pflanze. Aus der geraden, bräunlichen Wurzel schneidet er kleine Bolzen und steckt sie vorsichtig in das Ohr, um Zahnschmerzen zu beseitigen. Zur Frühlingszeit trinkt er gern Wegerichtee, um das Blut zu reinigen und den Magen auszukurieren. Die frisch zerquetschten Blätter, oder der aus denselben gequetschte Saft ist für Wunden und Eiterbeulen Balsam. Man kann den Spitzwegerich fast das ganze Jahr hindurch sammeln, jedoch unter der Voraussetzung, daß er noch grün ist. Sobald er welk ist, eignet er sich nicht mehr. Bei Husten und Schmerzen in der Brust bereite ich den Spitzwegerichsaft, und zwar nach folgendem Rezept: Du mußt die Blätter sammeln, die nicht brüchig sein dürfen, und sie trocknen. Dann zerschneide sie und übergieße je sechs Teile mit fünf Teilen starkem Weingeist, und nachdem dieser eingezogen ist, mit fünfundvierzig Teilen siedendem Wasser. Dann lasse alles ruhen, abgedeckt volle vierundzwanzig Stunden, nur gehe hin ab und zu und rühre vorsichtig um. Dann gieße die Flüssigkeit durch ein leinenes Tuch und drücke gelinde die Blätter. Dann löse gestoßenen Zucker in dem aufwallenden Saft. Wohl verschlossen in kleinen Gefäßen und im Dunkeln bewahre ihn auf. Täglich zweimal, am Morgen und am Abend, nimm einen kleinen Schluck. So wird dich der Saft erlösen.“

Ja, so stand dort geschrieben, und ich will euch sagen, die alte Anweisung hat einen tiefen Eindruck auf mich gemacht. Der Mann hatte dem scheinbar lästigen Unkraut *Plantago lanceolata* L. ein Denkmal

von eindringlicher Wirkung gesetzt, und darum habe ich es auch für euch aufgezeichnet.

Wie mir übrigens der Bauer und später auch mein Freund, der Arzt, versicherten, sind in der Arzneimittellehre Spitzwegerichbonbons, Spitzwegerichsalben und Spitzwegerichtee schon lange bekannt; sie werden als Mittel gegen Erkrankung der Atmungsorgane und Wunden geschätzt.

Wie mannigfach nützlich kann doch selbst ein so achtlos übersehenes Unkraut sein!

LÖWENZAHN

Heute plaudern wir über eine Pflanze, der wir im Sommer, ich möchte fast sagen, täglich begegnen. Am Wegrand oder auf der Wiese, überall reckt sich ein bis zu fünfundzwanzig Zentimeter langer, einfacher, unbeblätterter Stengel, ein Schaft, mit einer leuchtend gelben Blütenkrone, einer Korbblüte, die nur aus Zungenblüten besteht, in die Höhe.

Ein Hüllkelch aus vielen Einzelblättern umgibt das Blütenköpfchen von etwa hundertneunzig Einzelblüten; ihre äußeren Blättchen sind nicht so lang wie die inneren. Im Mai und August zwischen sieben und acht Uhr, im Juni und Juli zwischen sechs und sieben Uhr, im September zwischen acht und neun Uhr, das heißt also in den warmen Monaten früher als in kälteren, entfalten sich die Blüten. Sie drücken den Hüllkelch nach außen, und das Köpfchen öffnet sich. Sie erreichen einen Durchmesser von etwa drei bis fünf Zentimetern. Hummeln, Bienen, Falter und Fliegen stellen sich ein und saugen den Nektar; Käfer verzehren den Pollen. Die Insekten bestäuben auch die Narben der Blütenstempel. Aber, nebenbei bemerkt, beim Löwenzahn ist der Pollen taub; er keimt nicht. Der Löwenzahn bildet seine Samen unabhängig von der Bestäubung, wie übrigens auch die Gurke. In den frühen Nachmittagsstunden schließen sich die Köpfchen wieder.

Die grundständigen Blätter der Pflanze sind länglich oder lineallanzettlich, an trockenen Orten schrotsägeförmig gezähnt, zuweilen an feuchten Standorten zwischen andern üppig wuchernden Pflanzen und unter

Bäumen auch ganzrandig geformt. Sie bilden eine Rosette, auf trockenem Boden flach gebreitet; auf feuchtem Boden zwischen üppigen anderen Pflanzen stehen die Blätter in die Höhe. Der Blütenschaft wird erst im zweiten Jahre getrieben.

So schaut sie aus. Eigentlich hätte ich sie wohl gar nicht so im einzelnen zu beschreiben brauchen, aber ich habe es getan, um alle Zweifel zu zerstreuen, und wer nun noch nicht sicher ist, der pflücke eine der Blüten an ihrem Schaft. Er ist hohl; aus den Bruchstellen quillt ein weißer Milchsaft. Oft genug habt ihr euch Stücke davon abgebrochen, so lang wie euer Finger, an einem Ende einmal zusammengedrückt, und ihr hattet die schönste Schalmei oder Päpe oder Parpe, oder wie ihr sagen mögt. Und habt ihr, als ihr klein waret, nicht mit dem federleichten Ball der reifen Früchte „Pustebblume“ gespielt?

Wir kennen die Blume von Kindheit an und sind darum kaum erstaunt, wie volkstümlich sie ist und wie viele Namen ihr der Volksmund gegeben hat. Je weiter man in unserer Heimat umherwandert, umso mehr Namen hört man für den Löwenzahn, *Taraxacum officinale* Moench. Die Bayern nennen die Pflanze „Pfaffenröhrlein“ und „Milchrötel“; in Württemberg sagt man „Milchstock“ und „Eierblume“, und wieder anderswo wird sie Maiblume, Schäfchenblume, Schweineblume, Kuhblume, Hundebblume, Kettenblume, Hundslattich und Butterblume genannt.

Wollt ich erzählen, woher all die Namen stammen, müßte ich zwei Bücher vollschreiben, und am Ende würden wir entdecken, daß noch immer neue Namen dazukommen. Jeder trifft eine Eigenschaft oder eine Verwendung. Um das zu erkennen, braucht ihr gar nicht erst groß nachzudenken. Eine Bezeichnung wie

„Milchstock“ wird euch sofort klar, wenn ihr bedenkt, daß alle Teile der Pflanze den weißen Milchsaft enthalten, auch der ausdauernde unterirdische Stamm, der „Wurzelstock“.

Und ebensowenig wundert euch der Name, den ihr die kleinen Kinder geben: „Laternenblume“. Die auf dem Blütenboden eng zusammenstehenden reifen Früchte des Löwenzahns tragen strahlenförmig ausgebreitete Haarkronen, die wie Fallschirme aussehen. Wenn die Sonne scheint, schlagen sich die Blätter des Hüllkelches nach unten, die Haarkronen spreizen sich auseinander und bilden einen lockeren Ball. Wer erinnert sich nicht, alt oder jung, solche Laternen, die



sich ganz entsprechend den Blütenköpfchen öffnen und schließen, ausgepustet zu haben, so daß die Samen mit den zierlichen Federkronen hoch auf und davon flogen! Zuweilen wurden dabei scherzhafte Orakelspiele getrieben. Kinder bliesen in die Haarkrone und zählten dann, wie viele Früchtchen stehengeblieben waren. So viele Jahre wollten sie zu leben haben. Wem es aber gelang, das ganze Laternchen auf einmal auszublasen, der galt als Glückskind. Hoffentlich ist diese Voraussage bei allen eingetroffen! Der Minnesänger Walther von der Vogelweide sagt bei einem ähnlichen Orakelspiel: „Do hoeret ouch geloube zuo“ — „Man muß aber auch daran glauben!“

Ja, die Pflanze weckt älteren Leuten manche liebe Erinnerung an die Kindheit, in der sie die langen Stiele zu Ketten verflochten haben.

Wer älter geworden ist, lächelt über solche kindlichen Spiele, aber er schätzt den Löwenzahn wegen seines Nutzens. In manchen Gegenden, vor allem in Frankreich, werden junge Blätter der Pflanze als Salat gegessen. Es lohnt sich auch für dich, ihn einmal zu probieren. Dazu muß du den wildwachsenden Löwenzahn sehr jung schneiden, wenn die Blätter noch bleich sind, und mit Essig, Öl, Pfeffer und Salz anrichten. Der Salat wirkt in hohem Maße blutreinigend. Daß Löwenzahn als Futter den Milchertrag bei Kühen und Ziegen fördere, wird zwar sehr bestritten; aber daß kleinere Gaben auch bei den Tieren die Verdauung fördern, wird zugegeben. Auf seiner Wiese liebt der Bauer den Löwenzahn gar nicht, seine Blätter geben kein Heu. „Hundeblume“ und „Schweineblume“ sind recht verächtliche Bezeichnungen. Aber die Bedeutung des Löwenzahns als Heilkraft ist unumstritten. Sie hat ihm auch den wissenschaftlichen Namen gegeben.

„Taraxacum“ heißt „Heilmittel gegen Bauchgrimmen“, und „officinale“ bedeutet „gebräuchlich“. Das aus Wurzel und Blättern gewonnene „Radix Taraxaci cum herba“ fördert die Schleimabsonderung des Darmkanals und wird namentlich bei Krankheiten des Unterleibs, besonders bei Leberverhärtung, bei Stockungen des Pfortadersystems und dergleichen mit Erfolg verordnet.

Auch gegen Typhus findet der Extrakt des Löwenzahns Verwendung, und die Homöopathie gebraucht ihn als hervorragend geeignetes Mittel bei Erkrankung der Leber.

Zur Herstellung des Extraktes durch den Apotheker müssen Kraut und Wurzeln im September und Oktober gesammelt werden. In dieser Zeit enthält die Pflanze die meisten Bitterstoffe. Die Teile werden kleingeschnitten, mehrere Tage an luftigen Orten vorgetrocknet, in einem lauwarmen Raum endgültig getrocknet und dann in einem trockenen Zimmer gelagert.

In manchen Gebieten wird Löwenzahn feldmäßig angebaut. Hättet ihr so viel Bedeutung hinter dieser Pflanze kindlicher Spiele vermutet?

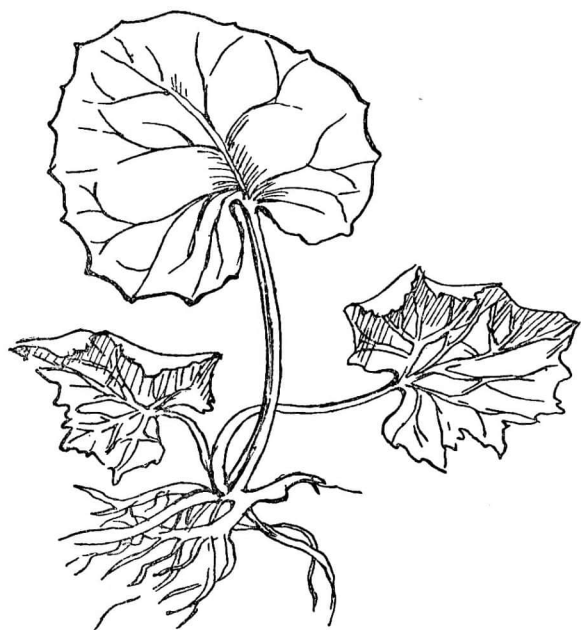
HUFLATTICH

Wenn sich im Frühjahr die noch winterlich feuchtkalte Erde anschickt, ihr buntes Frühjahrskleid anzulegen, wenn noch graue Wolken am Himmel hängen und neblige Dünste über dem Boden lagern, reckt einer der ersten Lenzboten, der Huflattich, schon stolz sein von einem scheinbaren Schuppenpanzer umgebenes gelbes Köpfchen und bietet den Menschen seinen Frühlingsgruß. Die Bienen umschwärmen den mit gelber Speise gedeckten Tisch und langen summend zu. Noch hat der Lenz für sie wenig Weide.

Dem Landmann bereitet die Pflanze mit ihrem ausdauernden Wurzelstock wenig Freude, und der weißfilzige Stengel, einfach, aufrecht, und stets einköpfig mit Schuppenblättern besetzt, die sich lanzettähnlich in rötlich-brauner Färbung dicht an den Stengel schmiegen, bedeuten für den Bauern viel Arbeit, wenn er ihn wieder vertreiben muß.

Auf seinem Felde mag der Bauer den Huflattich nicht leiden; aber jeder kennt doch die Heilkraft dieser Pflanze, die im Frühling nur die schuppigen Blüten-schäfte entwickelt, und erst, wenn der Wind die wie beim Löwenzahn mit Haarkronen ausgerüsteten Früchte verbreitet hat, die grundständigen, gestielten, rundlichherzförmigen, eckig-gezähnten, oberseits kahlen und unterseits graufilzigen Blätter. Bei diesen heißt es aufzupassen, denn sie werden leicht mit den weitaus größeren, nierenförmigen Blättern der Pestwurz verwechselt.

Der zylindrisch geformte Hüllkelch der gelben Blüte mit ihren zahlreichen goldgelben Randblüten bedeutet



Heilung und Linderung für so manchen Kranken. Den Namen Huflattich hat die Pflanze bekommen, weil die Gestalt der Blätter grob an den Umriß eines Pferdehufes erinnert. Treffender ist der Name „Hustlattich“. Diese Bezeichnung entspricht dem lateinischen Gattungsnamen „Tussilago“, der sich zusammensetzt aus „tussis“, das ist „Husten“, und „ago“, das heißt „ich vertreibe“. Dieser Name erklärt sich aus der Heilkraft der Pflanze und ihrer Verwendung. Die Artbezeichnung „farfara“ ist schwieriger zu deuten.

Matthiolus und Dioskorides behaupten, die Bewohner der italienischen Provinz Toskana hätten den Namen gegeben. Andere leiten ihn ab von „far“, das ist

„Getreide“, und „fero“, das heißt „ich trage“, und bezeichnen die Pflanze wegen der weißfilzigen Unterseite der Blätter gewissermaßen als „mehltragende Pflanze“.

Nun, darüber mögen sich andere den Kopf zerbrechen; uns ist wichtig, daß nicht nur die gelbe Korbblüte, sondern alle Teile des Huflattichs als Heilmittel gebräuchlich sind.

Es wird also die ganze Staude, Blätter, Blüten und Wurzel, verwendet. Alle Teile enthalten einen bitteren Extraktivstoff, Gerbstoff und Schleim. Huflattichtee ist ein ausgezeichnetes Mittel bei langwierigen Lungenkatarrhen, bei Verschleimung der Atmungswege und bringt bei Lungentuberkulose zumindest Linderung. Der frisch ausgepreßte Saft der Pflanze heilt Skrofelgeschwülste. Äußerlich aufgelegt, nehmen die Blätter die Hitze bei entzündeten Wunden und Geschwüren.

Von den Blüten sammelt man nur die Köpfe, die vor Sonnenstrahlen geschützt an der Luft getrocknet werden. Sie bedürfen dann nur noch einer schwachen Nachtrocknung durch Ofenwärme.

Der Tee der Pflanze sollte in keinem Haushalt fehlen. Man bereitet ihn aus einer Prise Blüten und einer Prise Blätter auf eine Tasse, und trinkt davon morgens und abends eine Tasse. Die Pflanze hilft gegen Husten und Schnupfen. Ihre getrockneten, zerschnittenen und durch Sieben vom filzigen Staube gereinigten Blätter werden in Holzkästen aufbewahrt. Der Wert dieses Haus- und Arzneimittels ist unbestritten. Er war bereits den griechischen und römischen Heilkünstlern Hippokrates, Dioskorides und Plinius bekannt.

Mit der Königskerze zusammen ist Huflattich ein Hauptbestandteil aller sogenannten Hustentees.





Schaut euch nur einmal genau um dort an den feuchten Grabenrändern oder dort am Feldrain; überall auf lehmigem oder tonigem Boden werdet ihr den Huf-lattich finden. Und immer, wenn ihr ihn seht, mag er euch daran erinnern, wie viele Schätze die Natur dem Menschen bietet, die nicht offen zutage liegen. Wir können nie genug tun, unser Wissen zu vervollkommen, um die reichen Fundgruben der Natur voll aus-zuschöpfen.

TAFELFOLGE

Nach Seite	16	Echte Kamille Baldrian
" "	32	Pfefferminze Wurmfarn Königskerze Kalmus
" "	48	Tormentillwurzel Bärentraube und Wacholder Tollkirsche Wermut
" "	64	Schafgarbe und Tausendgüldenkraut Roter Fingerhut Echter Sturmhut Spitzwegerich
" "	80	Löwenzahn Huflattich

WIR LERNTEN KENNEN

VERBORGENBLÜTIGE, Kryptogamae

FARNE, Filicinae

Tüpfelfarngewächse, Polypodiaceae

Wurmfarn, *Dryopteris filix-mas* (L.) Schott

SCHACHTELHALME, Articulatae

Schachtelhalmgewächse, Equisetaceae

Ackerschachtelhalm, *Equisetum arvense* L.

BLUTENPFLANZEN, Phanerogamae

NACKTSAMIGE, Gymnospermae

NADELHÖLZER, Coniferae

Zypressengewächse, Cupressaceae

Wacholder, *Juniperus communis* L.

BEDECKTSAMIGE, Angiospermae

EINKEIMBLÄTTRIGE, Monocotyledoneae

Arongewächse, Araceae

Kalmus, *Acorus calamus* L.

ZWEIKEIMBLÄTTRIGE, Dicotyledoneae

Hahnenfußgewächse, Ranunculaceae

Echter Sturmhut, *Aconitum napellus* L.

Rosengewächse, Rosaceae

Tormentillwurz, *Potentilla erecta* (L.) Raeusch.

Heidekrautgewächse, Ericaceae

Bärentraube, *Arctostaphylos uva-ursi* (L.) Spr.

- E n z i a n g e w ä c h s e**, Gentianaceae
 Tausendgüldenkraut, *Centaurium umbellatum* Gilib.
- N a c h t s c h a t t e n g e w ä c h s e**, Solanaceae
 Tollkirsche, *Atropa belladonna* L.
- R a c h e n b l ü t l e r**, Scrophulariaceae
 Königskerze, *Verbascum thapsiforme* Schrad.
 Roter Fingerhut, *Digitalis purpurea* L.
- L i p p e n b l ü t l e r**, Labiatae
 Pfefferminze, *Mentha piperita* L.
- W e g e r i c h g e w ä c h s e**, Plantaginaceae
 Spitzwegerich, *Plantago lanceolata* L.
- B a l d r i a n g e w ä c h s e**, Valerianaceae
 Baldrian, *Valeriana officinalis* L.
- K o r b b l ü t l e r**, Compositae
 Huflattich, *Tussilago farfara* L.
 Wermut, *Artemisia absinthium* L.
 Schafgarbe, *Achillea millefolium* L.
 Echte Kamille, *Matricaria chamomilla* L.
 Löwenzahn, *Taraxacum officinale* Web.

WORTERLÄUTERUNGEN

- A b s u d**, eine durch Sieden eines Grundstoffes gewonnene Flüssigkeit.
- A c h i l l e u s**, lat. Achilles, der gewaltigste Held der Griechen vor Troja, war nur an der Ferse verwundbar.
- A k u t e K r a n k h e i t e n** setzen plötzlich ein, verlaufen rasch bis zur Heilung. Vgl. chronisch.
- A l b r e c h t d e r D e u t s c h e**, Albertus Magnus, 1193 bis 1280, Mönch; bedeutender Naturforscher und Denker.
- A l c h e m i e**, die Chemie des Mittelalters bis zur Begründung der wissenschaftlichen Chemie, beschäftigte sich mit der Umwandlung von Metallen, hauptsächlich zur Herstellung von Gold. Wer sich damit befaßte, hieß ein Alchemist.
- A l k a l o i d e**, Pflanzenbasen, das heißt chemische Verbindungen, die mit Säuren Salze bilden; meist stark giftig, wie Nikotin, Chinin, Strychnin.
- A l l o p a t h i e**, Heilverfahren, das eine Krankheit mit Arzneien bekämpft, die eine den Krankheitserscheinungen entgegengesetzte Wirkung hervorrufen.
- A n t i - S u y u**, „Baum-Land“ in der Sprache der brasilianischen Indios am oberen Lauf des Parana.
- Ä t h e r i s c h e Ö l e**, stark riechende Öle, die sich verflüchtigen, ohne Flecke zu hinterlassen; sie verleihen den Pflanzen ihren Duft.

- Biologie**, die Lehre vom Leben der Pflanzen und Tiere. Wer sich damit befaßt, heißt ein Biologe.
- Botanik**, Pflanzenkunde.
- Byzantiner**, hier die Gelehrten, insbesondere Geschichtsschreiber des Byzantinischen Reiches (395—1453).
- Chronische Krankheiten** entwickeln sich langsam und schleichend, bleiben dann größtenteils als ständige Erkrankung bestehen.
- Diomedes**, in der griechischen Sage König von Argos; nach ihm wurden die Diomedes-Inseln benannt.
- Dioskorides**, griechischer Arzt aus Anazarbos in Kilikien um 50 u. Zt. Verfaßte eine Arzneimittellehre.
- Dissonanz**, Mißklang von Tönen, die nicht zueinander stimmen.
- Drogen**, natürliche und halbverarbeitete Stoffe von Pflanzen und Tieren für arzneimäßige und technische Verwendung.
- Herakles**, lat. Herkules, Sohn des Griechengottes Zeus und der Gattin des Königs Amphitryon, das Urbild gewaltiger Kraft.
- Homöopathie**, das von Samuel Hahnemann gegründete Heilverfahren, das bei Erkrankungen Arznei in kleinsten Gaben reicht, die in größerer Menge bei Gesunden eine ähnliche Krankheit hervorruft.
- Kneipp**, Sebastian, katholischer Priester, 1821 bis 1867, Naturheilkundiger. Er führte vor allem erfolgreiche Wasserkuren durch.

- Lanzette**, kleines, schmales Messer der Ärzte.
- Lykomedes**, König von Chyros.
- Myrmidonen**, alte achäische Völkerschaft in Thessalien, kämpfte mit vor Troja.
- Odysseus**, König von Ithaka, der listenreichste der griechischen Helden vor Troja.
- Ovid**, römischer Dichter, 43 v. d. Ztw., gest. 17 u. Zt.
- Paracelsus**, Philippus Aureolus Theophrastus von Hohenheim, genannt Bombastus, Arzt und Naturforscher, 1493 bis 1541.
- Patroklos**, griechischer Held vor Troja, fiel von Hektors Hand.
- Plinius der Ältere**, römischer Gelehrter, geb. 23 u. Zt., erstickt 79 u. Zt. beim Ausbruch des Vesuvs, schrieb ein umfassendes naturwissenschaftliches Werk.
- Rispe**, traubiger Blütenstand mit Zweigen, die wieder Trauben sind.
- Rosette**, Röschen, Form einer aufblühenden Rose.
- Rückert**, Friedrich, deutscher Dichter, 1788 bis 1866.
- Skynos**, Insel der Sporaden im Ägäischen Meer.
- Superkargo**, kaufmännischer Bevollmächtigter für Schiffsladungen.
- Trugdolde**, zusammengesetzter Blütenstand. Seine letzten Blüten enden in einer Ebene.
- Walther von der Vogelweide**, deutscher Dichter, etwa 1170—1230.

L I T E R A T U R

R. S c h i m p f k y, „Unsere Heilpflanzen“

H e e g e r / B r ü c k n e r, „Heil- und Gewürzpflanzen“

D r. K u n e r t, Manuskript „Heilkräuter“.

