

Hochschullehrgang Wildkräuter und Arzneipflanzen

Fachwissen aufbauen und
professionell kommunizieren

2013 - 2015

Sammelband



Inhaltsverzeichnis

Vorwort

| | |
|---------------------|---|
| <i>Thomas Haase</i> | 4 |
| <i>Isabell Vogl</i> | 5 |

Artikel zu Lehrgangsarbeiten

| | |
|---|----|
| Die Bedeutung ausgesuchter Wildkräuter und Arzneipflanzen in der Region Radmoos – Laudachsee; Kenntnisse und Wertschätzung dieser Pflanzen von den BesucherInnen, die in diese Region kommen - <i>Anna Maria Hauser</i> | 6 |
| Heimische Wildkräuter und Rituale als Unterstützung in den Wechseljahren - <i>Irmi Kaiser</i> | 8 |
| Die Bedeutung von <i>Urtica dioica</i> (Urticaceae) für die Humanernährung - <i>Ting Lee</i> | 9 |
| Die Bedeutung und Sicherung extensiv bewirtschafteter Wiesen in der Landwirtschaft als ökologisch wertvoller Lebensraum im Naturpark Obst-Hügel-Land - <i>Thekla Raffezeder</i> | 11 |
| Pflanzen in der Zahnheilkunde - <i>Johanna Reichel</i> | 13 |
| Anwendung und Bewertung von Wildkräutern und Arzneipflanzen in der Imkereipraxis - <i>Judith Reintke</i> | 14 |
| Wildkräuterführer durch das Tanner Moor (Liebenau /OÖ) - <i>Vera Müller-Schmid</i> | 16 |
| Kräutereinsatz am Rind anhand der Evaluation in der Bioschule Schlägl - <i>Steinbrecher Anneliese</i> | 18 |
| Die Kräuterbuschen zu Mariä Himmelfahrt (15.8.) - Herkunft, volksbotanisches und volksmedizinisches Wissen unter Berücksichtigung von Interviews aus Mariapfarr im Lungau und Umgebung - <i>Manuela Weidinger</i> | 20 |
| Leberwirksame Heilpflanzen - <i>Elvira Wenger-Oehn</i> | 22 |
| Die Gefährlichkeit von Giftpflanzen im Kindesalter - <i>Elisabeth Winder</i> | 24 |



*Mag. Dr. Thomas Haase,
Rektor der Hochschule für
Agrar- und
Umweltpädagogik*

Vorwort

Mit der Natur leben lernen – ein Ziel, welches an der Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik verfolgt wird und insbesondere für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Hochschullehrganges Wildkräuter und Arzneipflanzen bei der Wissensvermittlung und Beratungstätigkeit ein zentrales Thema ist. Die Natur hält für uns Wertvolles bereit, was in jeder Hinsicht schützenswert ist. Um auch bei Menschen, denen Wildkräuter und Arzneipflanzen (noch) nicht oder nicht mehr so geläufig sind, diese Wertschätzung zu stärken und die Bewusstseinsbildung zu fördern, bedarf es umfassender und vielseitiger Kompetenzen. Genau diese werden im Rahmen des Hochschullehrganges Wildkräuter und Arzneipflanzen aufgebaut und weiterentwickelt.

Die vergangenen zwei Jahre haben die Teilnehmerinnen und Teilnehmer intensiv genutzt: Neben zahlreichen Vorträgen, Übungen und Exkursionen haben sie im individuellen Selbststudium ihre eigenen Schwerpunkte gelegt und ihr Wissen vertieft. Die Lehrgangsarbeit stellt eine große Herausforderung in diesem Hochschullehrgang dar, denn der wissenschaftliche Umgang mit verschiedenen Informationsquellen, aber auch das Arbeiten in dem durchaus interdisziplinären Umfeld ist eine besondere Aufgabe.

Ich gratuliere den Absolventinnen des zweiten Hochschullehrganges Wildkräuter und Arzneipflanzen zu den interessanten und facettenreichen Lehrgangsarbeiten und wünsche für die weitere berufliche Laufbahn alles Gute!

*Rektor der Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik,
Ing. Mag. Dr. Thomas Haase*

Einleitung

Der Hochschullehrgang ist eine der umfassendsten Weiterbildungsangebote aus dem Bereich der Wildkräuter und Arzneipflanzen. Als zukünftige akademische Expertin oder akademischer Experte stellen sich die Studierenden der Herausforderung, Wildkräuter und Arzneipflanzen auch im wissenschaftlichen Kontext zu betrachten. So nehmen unsere Lehrgangsteilnehmerinnen und Lehrgangsteilnehmer die Möglichkeit in Anspruch durch die schriftlichen Aufgaben, welche im Rahmen des Lehrganges verfasst werden, ihre Interessengebiete zu erweitern und Kompetenzen zu entwickeln.

Die Teilnehmerinnen des zweiten Jahrgangs zeichnen sich durch sehr vielzeitige Interessen und unterschiedliche berufliche Tätigkeitsfelder aus. Dadurch entsteht neben dem durch das Curriculum vorgegebenen vermittelten Wissen auch ein fachlicher Austausch zwischen den Studierenden. Dies fördert das gegenseitige Lernen innerhalb der Gruppe.

Die Vielfältigkeit der Lehrgangsteilnehmerinnen spiegelt sich auch in den Abschlussarbeiten wider: So wurden Themen aus dem Umwelt- und Naturschutz, der Bewusstseinsbildung und über Verwendungsmöglichkeiten in verschiedenen Bereichen und Lebensabschnitten für Mensch und Tier näher beleuchtet. Mit viel Hingabe ist diesen selbst ausgewählten Fragenstellungen und durchaus praxisrelevanten Themengebieten auf den Grund gegangen worden. Eine Zusammenfassung zu den umfassenden Ergebnissen der Abschlussarbeiten bietet dieser Sammelband, welcher den breit gefächerten und vielseitigen Themenreichtum rund um Wildkräuter und Arzneipflanzen widerspiegelt.

Allen Absolventinnen des zweiten Jahrganges wünsche ich weiterhin Freude und Spaß mit Wildkräutern und Arzneipflanzen und viel Erfolg bei der Verwirklichung ihrer nächsten Projekte in diesem spannenden Themengebiet.
Herzliche Gratulation!



*Dipl.-Ing.ⁱⁿ Isabell Vogl, BEd,
Lehrgangsteilerin*



*Dipl.-Ing.ⁱⁿ Isabell Vogl,
BEd, Lehrgangsteilerin*



Anna Maria Hauser

Die Bedeutung ausgesuchter Wildkräuter und Arzneipflanzen in der Region Radmoos – Laudachsee; Kenntnisse und Wertschätzung dieser Pflanzen von den BesucherInnen, die in diese Region kommen

Durch eine mündliche Befragung an Ort und Stelle in der Region Radmoos-Laudachsee wurde die Wertschätzung bzw. das Wissen über ausgewählte Sommerpflanzen erhoben.

Einleitung

Die Region Radmoos – Laudachsee befindet sich im Salzkammergut im Bezirk Gmunden. Von Gmunden aus fährt man mit der Gondelbahn oder man geht zu Fuß auf den Grünberg. Das neue Tourismuskonzept „Grünberg neu“ sieht vor, neue und bestehende Themenwege und Naturlehrpfade mit neuer Beschilderung und Aufstellung von Lehr-Tafeln über die Pflanzen- und Tierwelt in dieser Region zu gestalten. Vom Grünberg aus führt eine ca. 1-stündige „Kraft- und Glückwanderung“ über Radmoos zur 910 m hoch gelegenen „Ramsauer Alm“ und endet am idyllischen Laudachsee in einer Höhe von 894 m. In diesem Gebiet wachsen im Sommer besondere Wildkräuter und Arzneipflanzen, die botanisch, volkskundlich und heilkundlich interessant sind.



Region Radmoos – Laudachsee mit Katzenstein

Das Ziel dieser Arbeit war, zu ermitteln, welche der abgefragten Wildkräuter und Arzneipflanzen die BesucherInnen kennen und welche Maßnahmen gesetzt werden können um die Pflanzenkenntnisse der BesucherInnen zu steigern.

Erhebungsmethoden

Es wurden von mir fünf besondere Heilpflanzen ausgewählt, die im Sommer in diesem Gebiet wachsen und zwar:

- der Augentrost
- der Frauenmantel
- der Heil-Ziest
- das Johanniskraut
- das Mädesüß

Diese Pflanzen wurde folgendermaßen beschrieben: Zuerst meine persönliche Stellungnahme, warum ich diese Pflanze ausgewählt habe, dann die botanische und ökologische Beschreibung. Abschließend folgte die volkskundliche und heilkundliche Beschreibung.

Um das Pflanzenwissen der Personen, die in die Region-Laudachsee wandern, zu ermitteln, wurde ein Fragebogen mit folgenden Fragen ausgearbeitet:

- Warum kommen Sie in die Region Radmoos – Laudachsee? Es gab drei Antwortmöglichkeiten: Wegen der Wildkräuter und Arzneipflanzen, wegen der Gesundheit, wegen der Aussicht.
- Spielen Wildkräuter und Arzneipflanzen eine Rolle in Ihrem Leben?
- Welche der hier aufgezählten Wildkräuter und Arzneipflanzen kennen Sie? Bei Bejahung der einzelnen Pflanzen, woher und warum?

· Die letzte Frage lautete: Wenn Sie in die Region Radmoos - Laudachsee kommen, spielen für Sie als Besucher „Wildkräuter und Arzneipflanzen“ eine wichtige Rolle an diesem Platz? Vier Antwortmöglichkeiten: Sehr wichtig – wichtig – gar nicht wichtig und absolut nicht wichtig und es wurde auch nach der Begründung dieser Aussage gefragt.

In den Sommermonaten Juli und August 2014 wurden am Laudachsee in der Nähe der Pflanzen 82 Personen nach dem Zufallsprinzip zur Befragung ausgewählt (22 Personen waren unter 35 Jahre, 30 Personen im Alter von 35-60, 30 Personen waren älter als 60 Jahre).

Ergebnisse, Zusammenfassende Bewertung

Wie die Befragungen am Laudachsee gezeigt haben, wandern die BesucherInnen vordergründig wegen der sportlichen Betätigung (Bewegung) und der Aussicht (Berge und See) in die Region Radmoos – Laudachsee.

An Pflanzen ist nur ein geringer Teil der interviewten Personen interessiert. Die Befragung zeigte, dass es gewisse Volkspflanzen gibt, wie z.B. das Johanniskraut, das 91 % der befragten Personen kannten.



Johanniskraut – Hypericum perforatum

Eine Gruppe von Pflanzen, wie etwa den Augentrost kannten Personen, die sich für Pflanzen interessieren, das waren 47 %. Allerdings gibt es auch Pflanzen, die in Vergessenheit geraten sind, wie der Heil-Ziest mit nur 2 %.

Die Pflanzenbefragung hat auch gezeigt, dass mit zunehmendem Alter das Interesse an Wildkräutern und Arzneipflanzen steigt, so dass bei der Gruppe bis 60- und über 60-jährigen mehr Pflanzenkenntnisse bestanden. Hingegen besteht bei der Gruppe bis 30 Jahren Aufholbedarf im Pflanzenwissen. Für die Ferienregion Traunsee ist es wichtig Maßnahmen zu setzen, um das Pflanzenwissen der Personen, die in die Region Radmoos – Laudachsee wandern, zu fördern.

Das könnte durch die Beschilderung und Aufstellung von Schautafeln mit den Pflanzen dieser Region geschehen. Auch könnten verschiedene Workshops über Heilpflanzen, Kräuterwanderungen bzw. -seminare angeboten werden. Dabei ist vorrangig auf das jüngere Publikum Bedacht zu nehmen. Es sollen auch vermehrt Senioren zur Wissensvermittlung herangezogen werden, weil bei diesen Personen ein größerer Erfahrungsschatz an Pflanzenwissen besteht.

Bei der Frage, ob Pflanzen wichtig oder nicht wichtig sind an diesem Platz, hielt sich das Ergebnis die Waage.

Das Pflanzenwissen wird in Zukunft in der Bevölkerung als alternative Heilmittel neben der Allgemeinmedizin noch mehr an Bedeutung gewinnen.



Irmi Kaiser
Kräuterpädagogin,
Montessoripädagogin
www.unkrautgenuss.at

Heimische Wildkräuter und Rituale als Unterstützung in den Wechseljahren

Als Kursleiterin mit Schwerpunkt heimische Wildkräuter und Ritualarbeit beobachte ich seit Jahren, dass in der Mehrzahl Frauen in den Wechseljahren daran teilnehmen und durchwegs über positive Wirkungen berichten. Die Gespräche mit den Frauen gaben den Ausschlag diese Arbeit zu verfassen. Wechseljahre sind keine Krankheit, sondern möglicherweise eine Übergangsphase in der weiblichen Biographie, in welcher bisherige Gewohnheiten und Sicherheiten sich verändern können. Es kann zu Gefühlsschwankungen, abrupten Scheißausbrüchen, Unruhezuständen, Schlaflosigkeit, Gewichtsschwankungen, neuem Mut, einem neuen Selbstverständnis und schließlich zur Veränderung unpassend gewordener Lebensumstände kommen. Die Qualität des persönlichen Erlebens wird von vielfältigen Faktoren bestimmt, nicht zuletzt auch von gesellschaftlichen Zuschreibungen und Erwartungen. Vielleicht können Frauen, wenn sie um die Einsatzmöglichkeiten von heimischen Wildkräutern wissen und sich mit entsprechenden Ritualen beschäftigen, mit Wechselbeschwerden besser zurechtkommen.

In dieser Arbeit wurde auf folgende Pflanzen näher eingegangen:

- Brennnessel, *Urticadioica*
- Beifuß, *Artemisia vulgaris*
- Engelwurz, *Angelica archangelica*
- Frauenmantel, *Alchemilla vulgaris*
- Hopfen, *Humulus lupulus*
- Herzgespann, *Leonurus cardiaca*
- Rotklee, *Trifolium pratense*
- Salbei, *Salvia officinalis*
- Schafgarbe, *Achillea millefolium*
- Weißdorn, *Crataegus monogyna*

Rituale als Unterstützung in den Wechseljahren

Rituale gewinnen gerade in Krisenzeiten an Wichtigkeit, vor allem als Bewältigungs- und Übergangsrituale, und eignen sich daher auch in den Wechseljahren.

Alle drei Rituale sollen das Gefühl für die eigene Weiblichkeit stärken und eine Körpererfahrung in Gemeinschaft ermöglichen. Die gegenseitige Unterstützung stellt einen wichtigen Faktor in der Übergangszeit dar.

Es wurden in dieser Arbeit drei Rituale beschrieben, die ursprünglich aus anderen Kulturkreisen kommen:

- Frauen-Schwitzhütten Ritual
- Feuerritual
- Pflanzenmeditation im Labyrinth

Die Bedeutung von *Urtica dioica* (Urticaceae) für die Humanernährung

Wildkräuter bereichern unseren Speiseplan, nicht nur geschmacklich mit interessanten und intensiven Geschmackserlebnissen, sie leisten auch durch ihre inhaltsstoffliche Zusammensetzung einen positiven Beitrag für unsere Gesundheit. So auch die Große Brennnessel. Bei vielen Menschen hat sie den Stellenwert eines ungewollten Unkrauts. Sie fällt durch ihre Brennhaare auf und ihr starkes Wachstum macht sie schnell zu einem „lästigen Ansiedler“ im Garten. Vielen ist ihre Verwendung als Gemüsepflanze nicht mehr geläufig. Die Arbeit beschäftigt sich mit der Bedeutung von *Urtica dioica* (Urticaceae) für die Humanernährung. Dabei wird die Große Brennnessel hinsichtlich ihres Vitamin-C-Gehaltes diskutiert und mit dem Kulturspinat, *Spinacia oleracea*, verglichen.

Im Botanik-Teil werden das Aussehen der Großen Brennnessel, ihre Eigenschaften und ihre natürlichen Wachstumsbedingungen beschrieben. Woran erkenne ich sie? Gibt es Verwechslungsmöglichkeiten? Welche Konsequenzen hat eine Verwechslung? Im zweiten Teil wird die gesundheitliche Bedeutung von Vitamin C und Nitrat erläutert, welche in größeren Mengen in der

Großen Brennnessel enthalten sind. Im Speziellen wird bezüglich Vitamin C auf die Gehalte nach der Verarbeitung bzw. auf eine möglichst verlustarme Verarbeitung eingegangen. Nitrate können im Körper zu potentiell kanzerogenen Nitrosaminen umgewandelt werden. Diesbezüglich werden Gehaltsreduzierende Maßnahmen aufgezeigt. Im Anschluss wurden die Inhaltsstoffe der Großen Brennnessel mit denen des Kulturspinats verglichen. Zuletzt wird durch das Kapitel über Anbau, Ernte und Verarbeitungsmöglichkeiten von *Urtica dioica* der Übergang zur Praxis dargestellt.

Vitamin C hat einen modulieren Einfluss auf unser Immunsystem. Es spielt im Körper eine Rolle als Antioxidans, bei der Eisenresorption und –speicherung und bei der Entgiftung des Körpers von Arzneimitteln und Schwermetallen. Da-



Figure 1 *Urtica dioica*: männlicher Blütenstand



Figure 2 *Urtica dioica*



Ting Lee



Figure 3 *Urtica dioica*: weibliche Blüten

rüber hinaus ist es Kofaktor für verschiedene Enzyme, die z.B. beim Aufbau vom Bindegewebe -so auch bei der Wundheilung- relevant sind. Die empfohlene Tageszufuhr für Jugendliche und Erwachsene liegt bei 100 mg täglich. In den Industrieländern wird der Bedarf an Vitamin C in der Regel mit der täglichen Nahrung gedeckt. In Ländern, in denen der Vitamin-C-Bedarf der Menschen nicht ausreichend durch die tägliche Nahrungsaufnahme gedeckt wird, könnte sich die Große Brennnessel als alternative Vitamin-C-Quelle erweisen.

Dafür sprechen die in ihr enthaltenen Mengen, als auch ihre einfachen Kulturbedingungen. Ausgehend von dem hohen Durchschnittsgehalt von 330 mg pro 100 g essbarem Anteil aus der Frischpflanze, kann nach einer Verarbeitung zu Spinatgemüse mit einem Gehalt von 78-125 mg/100 g gerechnet werden. So sehr *Urtica dioica* als Vitamin-C-Quelle empfehlenswert ist, so ist dennoch aufgrund ihrer hohen Nitratgehalte von einem häufigen Verzehr abzuraten. Dies gilt auch für den Kulturspinat. In einer Gegenüberstellung der beiden zeigt sich, dass *Urtica dioica* im Großen und Ganzen ernährungsphysiologisch höhere Werte in seinen Nährstoffen besitzt. Zusammengefasst ist sie nicht nur ein wertvoller Vitamin-C-Lieferant, sondern auch eine gute Mineralstoff-, Vitamin-A- und Eiweiß-Quelle. Weitere Untersuchungen zu Vitamin-B- und Ballaststoffgehalt wären aufschlussreich.

Die Bedeutung und Sicherung extensiv bewirtschafteter Wiesen in der Landwirtschaft als ökologisch wertvoller Lebensraum im Naturpark Obst-Hügel-Land

Wiesen sind durch jahrzehnte- bzw. jahrhundertelange Bewirtschaftung durch den Menschen entstanden. Vielen sind diese bunten artenreichen Blumenwiesen aus Kindheitstagen in Erinnerung. Wer mit offenen Augen durch die Landschaft geht, kann beobachten, wie diese schleichend und kontinuierlich aus unserer Kulturlandschaft verschwinden. Der Naturpark Obst-Hügel-Land zeigt den Besucherinnen und Besuchern durch seine Kleinstrukturiertheit ein abwechslungsreiches Bild. Bei der Recherche nach vielfältigen Wiesen stellte sich allerdings heraus, dass Wiesen als solche kaum noch zu finden sind. Die Nutzungsart sowie die Bedeutung extensiv bewirtschafteter Wiesen haben sich in den letzten Jahrzehnten grundlegend verändert. Die Landwirtinnen und Landwirte sind einem starken ökonomischen und politischen Druck ausgesetzt. Die Nachfrage nach mehr und günstigeren Produkten hat nun auch sichtbare Auswirkungen auf unser Landschaftsbild. Dieser Entwicklung sind in den letzten 50 Jahren größere Flurbereinigungen, Flächenzusammenlegungen, Entwässerungen und die Versiegelung von wertvollen Flächen vorangegangen. Es ist deutlich zu sehen, wie sich dadurch die lokale Umgestaltung von Lebensgemeinschaften durch Artenschwund bemerkbar macht. Der Mensch beansprucht immer mehr Raum und Ressourcen für seine wirtschaftlichen Interessen. Der schonende Umgang mit der Natur bleibt

außer Acht. Wertvolles Wissen um die Nutzung der Kräuter geht verloren. Extensiv bewirtschaftete Wiesen erhalten erst durch die schonende Nutzung eine Wertsteigerung, die an der Vielzahl an Pflanzen und Tieren erkennbar wird. Dabei ist zu beachten, dass die extensive Bewirtschaftung mühsam und arbeitsintensiv ist. Deshalb liegt es auch im Interesse des Naturschutzes, die Erhaltung und Förderung solcher Flächen im österreichischen Programm für umweltgerechte Landwirtschaft (ÖPUL) als WF-Fläche (wertvolle Fläche) zu unterstützen. In diesem ökologisch wertvollen Lebensraum bilden sich Lebensgemeinschaften zwischen Pflanzen und Tieren, die voneinander abhängig sind. Verändert sich die Bewirtschaftungsweise, so verändert sich auch die Artenzusammensetzung. Eine artenreiche Wiese verwandelt sich durch Intensivierung schnell in eine artenarme Fettwiese. Die Verschiedenartigkeit des Pflanzenbestandes hängt also von der Lage und der Art der Düngung ab, die wesentlich die Nutzung beeinflussen. Sehr intensiv genutzte Wiesen signalisieren mit etwa 15-25 Arten die Grenze der Wiesenkultur. In Wiesenbeständen mit einer ausgewogenen botanischen Zusammensetzung liegt der Anteil von Gräsern bei 50-70 %, jener der Kleearten und sonstigen Kräuter bei 30-50 %, wobei man bis zu 60 oder mehr unterschiedliche Pflanzen zählen kann. (Abb.1)



Thekla Raffezeder

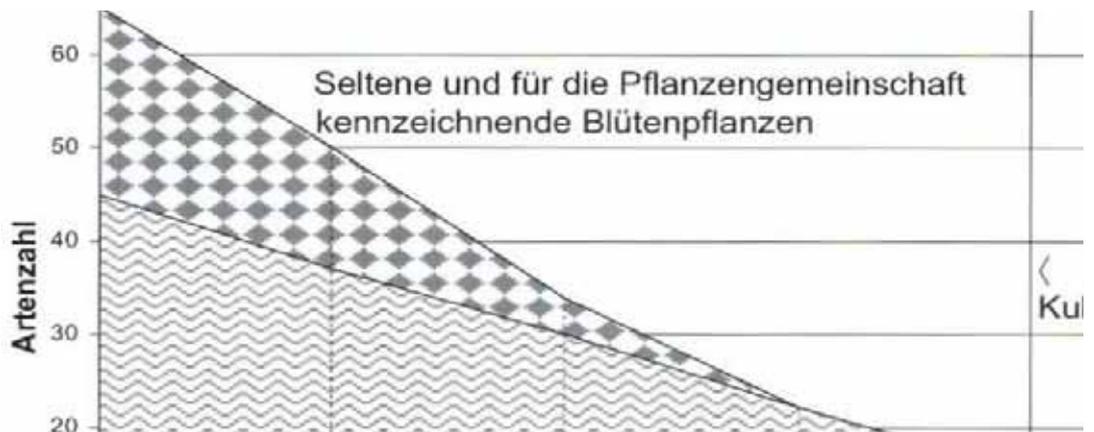


Abb.1: Artenanzahl in extensiv und verschieden intensiv gedüngten und genutzten Wiesen

Quelle: Dietl, Lehmann, 2004, Ökologischer Wiesenbau

Die kräuterreichen Grünlandbestände weisen sich durch ihren ausgewogenen Anteil an Gräsern, Leguminosen und Kräutern als wertvolle Mineralstoff- und Spurenelement-Lieferanten aus. Reich an wichtigen Nährstoffen und anderen Wirkstoffen ist das schonend geerntete Futter wichtig für die Tiergesundheit. Als Nahrungsquelle für Bienen und andere Blütenbesucher sind sie eine wichtige Grundlage. Dies zeigt, dass extensiv bewirtschaftete Wiesen nicht nur ausschließlich einen ökologischen Wert haben, sondern auch für eine bedarfsgerechte Fütterung der Nutztiere wichtig sind. Verschiedene Vermarktungstrends bewerben eine bessere Qualität der Produkte von Tieren, die mit kräuterreichem Heu gefüttert werden. Dazu gehört eine ökologische Landbewirtschaftung mit einer umweltfreundlichen, nachhaltigen Wirtschaftsweise. In Interviews mit Landwirtinnen und Landwirten des Naturparks wurde verdeutlicht, dass ökologisch wertvolle und intensiver bewirtschaftete Flächen in Kombination machbar sind, wenn das Bewusstsein und die entsprechende Einstellung vorhanden sind. Interviews mit Expertinnen und Experten aus dem Bereich Naturschutz bestätigen die Auswirkungen der landwirtschaftlichen Entwicklung und bieten Förderungen, Beratung, Projekte und Bildungsangebote, um die Landwirtinnen und Landwirte bei der Erhaltung

ihrer ökologisch wertvollen Wiesen zu unterstützen.

Betrachtet man die Ziele und Aufgaben des Naturparks, so ergeben sich viele neue Möglichkeiten im Bereich Regionalentwicklung, Schutz, Erholung, Naturerlebnis und Umweltbildung. Neue Naturparkprodukte und Vermarktungsstrategien können gemeinsam ausgearbeitet werden. Interessante Wiesenflächen können als Exkursionsfläche, für Kräuterführungen, als Erntefläche für Kräuterkochkurse oder als Beobachtungsfläche für Schulen eingebunden werden. Die Vielfalt an Nutzungsmöglichkeiten setzt Vielfalt in der Natur voraus.

Doch ohne helfende Hände oder entsprechende Gerätschaften zur Pflege der oft benachteiligten Wiesen und Böschungen ist es vielen Betrieben trotz Förderung nicht möglich diese zu bewirtschaften. Landwirtinnen und Landwirte sind notwendig, die diesen wertvollen Beitrag für die Erhaltung der Biodiversität leisten.

Damit auch weiterhin unsere Landschaft ein buntes Mosaik unterschiedlicher Lebensräume bleibt, ist es wichtig, auftretende Probleme aber auch schöne Dinge, die damit verbunden sind, zu kommunizieren. Schließlich haben alle dasselbe Ziel: Eine Landschaft, in der wir uns wohl fühlen, unsere Arbeit gerne machen, Erholung finden und den nächsten Generationen eine lebenswerte Zukunft ermöglichen.

Pflanzen in der Zahnheilkunde

Die Möglichkeit ein gesundes Gebiss ein Leben lang zu erhalten entspricht dem Wunsch vieler Menschen. Durch gezielte Aufklärung, wie wichtig eine gesunde Ernährung ist und die bereits im Kleinkindalter einsetzende tägliche Pflege, wird auch im öffentlichen Bereich sehr viel dazu getan, die Zahngesundheit zu verbessern. Die Zahngesundheits-Programme im Kindergarten und in der Schule tragen dazu bei Kinder vor Milchzahnkaries zu bewahren und bei Jugendlichen die Eigenverantwortlichkeit für die Pflege zu stärken um dem Ziel nahe zu kommen, ein kariesfreies Gebiss ein Leben lang zu erhalten. Es kommt zunehmend zur Nachfrage von Zahnpflegemittel auf Kräuterbasis. Auch Mundspülmittel und Mittel zur Selbstbehandlung, die auf pflanzlicher Basis beruhen, werden nachgefragt. So können wässrige oder alkoholische Auszüge der verschiedenen traditionell verwendeten Heilpflanzen vorbeugend und pflegend eingesetzt werden. Mittel, die täglich verwendet werden, sollen im Geschmack angenehm sein und keine allzu starke Konzentration an Inhaltsstoffen aufweisen. Im Krankheitsfall als Therapie einsetzbare pflanzliche Mittel in der Zahnheilkunde erfordern standardisierte Dosierung und geprüfte Qualität. Therapeutika, die bei bakteriellen oder viralen Erkrankungen

zum Einsatz kommen, werden in dieser Arbeit nicht beschrieben. Sie können nicht der Phytomedizin zugerechnet werden und sind zumeist verschreibungspflichtig. Diese Arbeit beschreibt sechs Pflanzen welche in der Zahnmedizin am häufigsten zur Anwendung kommen. Ausgewählt wurden zur näheren Beschreibung Salbei (*Salvia officinalis* L.), Thymian (*Thymus vulgaris* L.), Blutwurz (*Potentilla erecta* L.), Kamille (*Chamomilla recutita* Rausch), Pfefferminze (*Mentha piperita*), Käsepappel (*Malva sylvestris* L.). Es sind Pflanzen, die in unseren Breiten gut gedeihen, die allgemein bekannt sind und teilweise auch als Küchenkräuter verwendet werden. Diese Pflanzendrogen weisen eine positive Monographie der Kommission E auf. Verantwortlich für die Wirksamkeit sind die Stoffe aus den Wirkstoffgruppen Gerbstoffe, Schleimstoffe und ätherische Öle. Zubereitungen meist in Form von Tee, kommen zum Einsatz, wenn entzündungshemmende, desinfizierende und schmerzstillende Eigenschaften gefragt sind. Es werden Teerezepturen und Fertigpräparate genannt und eine Anleitung für eine selbstherstellbare Zahnpaste gegeben. Warum und wie die genannten Pflanzen verwendet werden können, wird in leicht verständlicher Form für PatientInnen in der Zahnarztpraxis in dieser Lehrgangsarbeit dargelegt.



Dr.med. Johanna Reichel



Judith Reintke, freischaffende Künstlerin

Anwendung und Bewertung von Wildkräutern und Arzneipflanzen in der Imkereipraxis



Zeichnung: Biene und Thymian;
Judith Reintke

Welche Wildkräuter und Arzneipflanzen werden und wurden an Bienen und am Bienenstock in der Imkerei angewandt?

Seit nunmehr zwei Jahren habe ich mich der wunderbaren Aufgabe gewidmet, zwei Bienenvölker zu betreuen. Als angehende Imkerin gibt es vieles, was ich noch nicht weiß und lernen darf. Bei meinen Recherchen und dem Lernen über den Umgang mit den Bienen ist mir auch das Räuchern mit Kräutern am Bienenstock untergekommen. Dies hat meine Neugier geweckt, ob es nicht noch andere Arten gibt, mit Pflanzen zu arbeiten.

Auch Bienen nutzen auf ihre Weise die Heilkraft der Pflanzen. So sammeln sie das Knospenharz der Bäume und Sträucher und gebrauchen dieses sogenannte Propolis, um ihre Behausungen zu desinfizieren.

Das Leben sowie die Gesundheit von Tier, Mensch und Pflanze sind unweigerlich miteinander verknüpft. Pflanzen dienen Tier und Mensch seit jeher als Nahrungs- und auch als Heilmittel und sie nutzen die positiven Eigenschaften der Pflanzen für sich.

Auch in der Veterinärmedizin, beispielsweise bei der Haustier-, oder auch der Schaf- und Rinderhaltung, wurden früher und werden heute Kräuter verwendet. Auch in der Imkerei habe ich konkrete Hinweise über die Anwendung von Pflanzen von Imkern erhalten. Außerdem konnte ich zu dem Thema viele Informationen verstreut in der Imkerei- und Kräuterliteratur finden, ohne dass es ein einschlägiges Standardwerk dazu gäbe. Deshalb habe ich mich dafür entschieden, diese Informationen in meiner Lehrgangsarbeit zusammenzufassen und die folgenden Fragen zu beantworten:

- Welche Pflanzen tatsächlich Anwendung finden/fanden.
 - Warum werden sie genutzt? Wie und warum wirken sie?
 - Auf welche Art und Weise sie angewendet werden/wurden.
 - In welchen Situationen die Pflanzen genutzt werden; bei welchen Herausforderungen, Krankheiten oder als präventive Maßnahme.
- Bei meinen Recherchen habe ich überraschend viele Anwendungsformen und Pflanzen gefunden. Es werden Einzelpflanzen verwendet, wie auch Mischungen aus verschiedenen Pflanzen.

- Pflanzen, welche die Bienen anlocken, wie z.B. Melisse und Anis, ätherisches Citronellaöl oder spezielle Mischungen zum Bestreichen der Bienenbehausungen mit sog. Bienenschminke
- Pflanzen, die die Bienen gesund erhalten sollen, durch das Verfüttern von sogenanntem Bienentee
- Pflanzen, welche die Bienen oder andere Insekten abwehren, wie z.B. die Nelke mit dem sogenannten

Nelkentuch, oder Lavendel, zur Abwehr der Wachsmotte im Wachschrunk. Auch die inzwischen in der Bekämpfung der schmarotzenden Parasitenmilbe *Varroa destructor* unentbehrlich gewordenen organischen Säuren, wie auch ätherischen Öle (z.B. Thymol) werden ausführlich behandelt.

Ein herausstechendes Merkmal der meisten verwendeten Pflanzen ist ihr hoher Gehalt an ätherischen Ölen, die mit ihren desinfizierenden, Insektenabwehrenden oder -anlockenden Eigenschaften genutzt werden.

Da die Bienen ein sehr ausgeprägtes Geruchsvermögen besitzen und die Pflanzen Geruchsstoffe entwickelt haben, über die sie mit den Insekten kommunizieren, liegt es nahe, dass diese Pflanzen „den Bienen am liebsten sind.“

Die Biene begleitet den Menschen schon seit Urzeiten, spendet Honig und Wachs, befruchtet die Blüten der Pflanzen und trägt so dazu bei, dass sich

unsere Tische mit Früchten und Gemüse biegen können. Mit den Veränderungen der Lebensbedingungen und der Umweltbedingungen, verursacht durch das menschliche Eingreifen in die Natur, ist auch die Biene mit komplexen, neuartigen Bedrohungen für Gesundheit und Leben konfrontiert. Der Einsatz von bestimmten Wildkräutern und Arzneipflanzen in der Imkerei, kann parallel zu anderen Techniken eine sanfte Methode sein, um die Biene gesund durch das Bienen-Jahr zu begleiten.



Foto: Biene auf Schopflavendel; Judith Reintke



Vera Müller-Schmid
Sonnenhof-Almkräuter e.U.

Wildkräuterführer durch das Tanner Moor (Liebenau /OÖ)



Der Rubener Teich

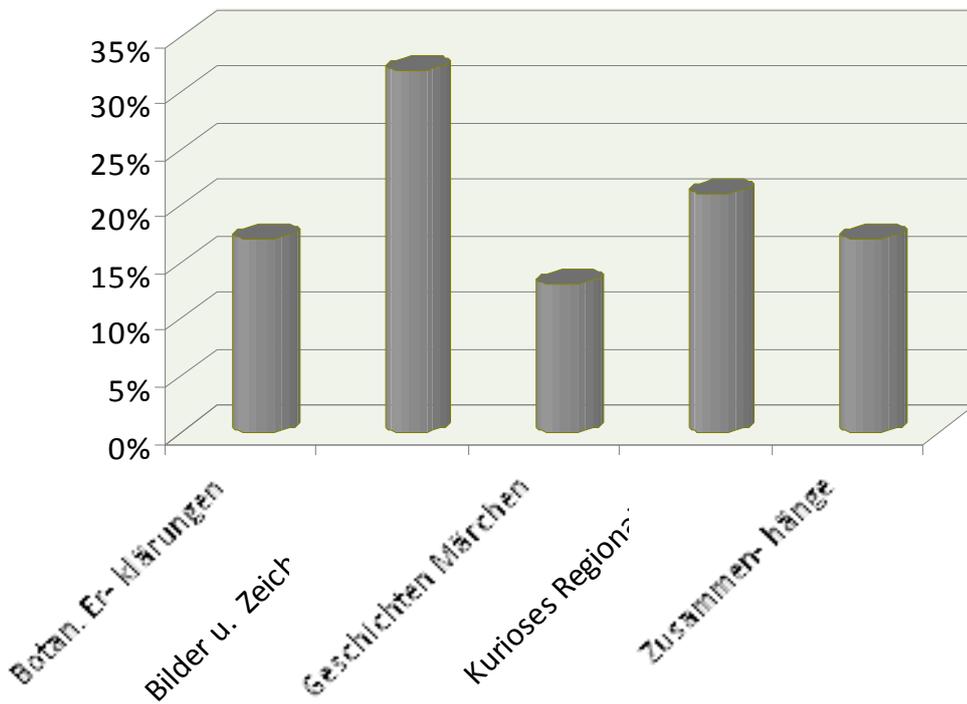
Im Zuge der Beschäftigung mit Kräutern stellte ich fest, dass es über Heilkräuter, Arzneipflanzen, Wildkräuter, Gewürzkräuter usw. jede Menge Bücher in gebundenen Ausgaben, Taschenbuchformat oder praktischerweise in kleineren Formaten -passend für den Rucksack oder die Hosentasche - gibt. Ein beliebtes Ausflugsziel vom Frühjahr bis zum Herbst ist in der Marktgemeinde Liebenau das Tanner Moor. Während des Hochschullehrganges reifte die Idee, einen Wildkräuterführer durch das Tanner Moor zu gestalten. Im Zuge der Recherchen für dieses Projekt stellte ich fest, dass ein wunderbar beschilderter, gut gepflegter und informativer Lehrpfad bereits existiert. Ebenso werden spezielle Moorführungen wie „Wo ist das Fuchtlmandl?“ oder „Wildes Weiberwandern“ angeboten.

Was nun? Meine Ideen sind ja bereits bestens umgesetzt. Also, so meine Gedanken, sollte dieses Projekt eine

Ergänzung, ein zusätzliches „Angebot“ für die Besucher und Besucherinnen werden. Je intensiver ich mich mit dem Projekt „Wildkräuterführer durch das Tanner Moor“ beschäftigte desto klarer wurde mein Ziel: Einen Wildkräuterführer der besonderen Art zu erstellen. Er sollte durch Einzigartigkeit gekennzeichnet sein und die, speziell im Tanner Moor, vorkommenden Wildkräuter den Besuchern und Besucherinnen auf humorvolle und erzählerische Weise näherbringen. Jetzt beschäftigte mich vor allem die Frage, wie kann so ein Wildkräuterführer gestaltet werden und was sollte er beinhalten, um Besucher und Besucherinnen anzulocken, und ihr Interesse für Wildkräuter zu wecken. Um dies herauszufinden war es notwendig, die Interessen der Besucher und Besucherinnen, der Moorführer und Moorführerinnen, als auch der Gemeinde und des Tourismusverbandes kennen zu lernen.

Um diese Daten zu erhalten entschied ich mich für die Methode der Befragung und des Fragebogens, deren Auswertungen folgende Ergebnisse brachten: Gemeinde und Tourismusverband würden den Wildkräuterführer unterstützen (z.B. Layout, Druckkosten, usw.). Die Moorführer und Moorführerinnen befürchteten, dass dann Besucher und Besucherinnen Pflanzen wahllos ausreißen würden. Und die Besucher und Besucherinnen gaben folgende Wünsche und Erwartungen bekannt:

Wünsche u. Erwartungen



Alle gesammelten Informationen (über die Wildkräuter) und Wünsche (Geschichten, Bilder usw.) ergaben „perfekte Zutaten für ein perfektes Rezept“, welches wie folgt lautete:

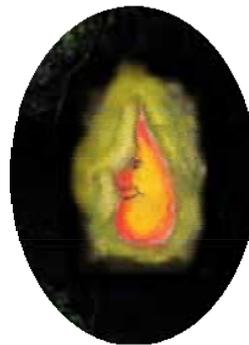
eine Geschichte, wilde Kräuter und das Fuchtlmandl



die winzig kleine Hexe



die Rauschbeere



das Fuchtlmandl

Den Inhalt der Geschichte und die Informationen über die Wildkräuter im Tanner Moor erfahren die Besucher und Besucherinnen in diesem kleinen informativen Wildkräuterführer. Und das Fuchtlmandl begleitet sie dabei.

Allen Besucher und Besucherinnen einen unterhaltsamen, interessanten und lehrreichen Besuch im Tanner Moor.



Steinbrecher Anneliese
Biolandwirtin und
Klassifiziererin

Kräutereinsatz am Rind anhand der Evaluation in der Bioschule Schlägl

Viele Menschen sind hellhörig geworden, wenn es um einen Medikamenteinsatz bei den Nutztieren geht. Auch ich gehöre dazu, da es mich als Konsumentin, aber auch als Landwirtin doppelt betrifft. Mein Interesse, ob man Rinder nicht auch mit Kräutern behandeln kann, hat zu meiner Lehrgangsarbeit geführt.

Bei Recherchen verschiedenster Literatur stellte ich immer wieder fest, dass kaum wissenschaftliche Untersuchungen bezüglich eines Kräutereinsatzes im Rinderbereich vorhanden ist.

Die Landwirtschaftliche Bioschule Schlägl hat sich bereit erklärt, mich Fragebögen austeilen zu lassen, in denen folgende Fragen beantwortet werden sollten:

- Werden Kräuter im Rinderbereich eingesetzt?

- Welche Kräuter werden im Rinderbereich angewendet?
- Wie werden die Kräuter zum medizinischen Gebrauch beim Rind verwendet?

30 Fragebögen wurden ausgeteilt, mit der Bitte sie von den Eltern der Schülerinnen und Schüler, die eine Rinderhaltung betreiben, ausfüllen zu lassen. Insgesamt kamen 28 Fragebögen zurück, die zur Beantwortung meiner Fragen herangezogen wurden.

12 Personen bestätigen eine Kräuteranwendung und 16 verneinen diese. Es erfolgte auch eine Gegenüberstellung von biologischer und konventioneller Wirtschaftsweise, das in Tabelle 1 dargestellt ist.

| | Einsatz von Kräutern | |
|---------------------------------------|----------------------|------|
| | ja | nein |
| Biologische Wirtschaftsweise (n=23) | 11 | 22 |
| Konventionelle Wirtschaftsweise (n=5) | 1 | 4 |

Tabelle 1: Biologisch und konventionell wirtschaftende Betriebe, die mit und ohne Kräutereinsatz arbeiten
n= Nennungen

Die Kräuter, die diese Betriebe anwenden, sind mit der Erkrankung und ihrer Darreichform in der Tabelle 2 ersichtlich.

| Kräuter | Erkrankung | Verabreicht als | Tierart |
|-----------------|------------------------|-----------------|-------------|
| Fenchel/ Salbei | Durchfall | Tee | Kalb |
| Kamille | Durchfall | Tee | Kalb |
| Arnika | Entzündung | Salbe | Jungrind |
| Eichenrinde | Durchfall | Tee | |
| Minze/ Melisse | Husten | Tee | |
| Ringelblume | Euter | Salbe | Kuh |
| Schafgarbe | Durchfall/ Atemwege | Tee/ Salbe | Alle Rinder |
| Brennnessel | | | |
| Beinwell | | | |

Tabelle 2: Verwendete Kräuter mit Erkrankung, Verabreichung und Tierart

Bei der Kamille kam es mit Durchfall und Tee zu Mehrfachnennungen, die weiteren wurden jeweils nur einmal genannt, und bei Brennnessel und Beinwell waren keine näheren Angaben.

Die Kräuter, die bei den jeweiligen Erkrankungen angeführt wurden, haben den gleichen Anwendungsbereich in der Humanmedizin. Das darf man

jedoch nicht eins zu eins auf alle Pflanzen übertragen, da sehr verschiedene Wirkungsweisen auftreten können. Das Kräuterwissen im Rinderbereich ist meistens aus Überlieferung und Erfahrungswissen, und es wären noch viele wissenschaftliche Untersuchungen gefragt.



Manuela Weidinger

Die Kräuterbuschen zu Mariä Himmelfahrt (15.8.) – Herkunft, volksbotanisches und volksmedizinisches Wissen unter Berücksichtigung von Interviews aus Mariapfarr im Lungau und Umgebung

In manchen Gegenden Europas, wie z.B. in Deutschland, Österreich, Polen und der Schweiz, werden kultivierte und wild wachsende Kräuter und Blumen an den Tagen vor dem 15. August (Mariä Himmelfahrt) zu großen oder kleinen Sträußen gebunden und am Tag Mariä Himmelfahrt in der Kirche gesegnet. Die schon um die erste Jahrtausendwende bekannte Kräutersegnung wurde unter den Segen Marias gestellt und auf den höchsten Marienfeiertag, dem 15. August gelegt. Die Kirche versuchte vorchristliche Vorstellungen durch die Segnung zu ersetzen. Karl der Große (742 - 814 n. Chr.) hatte einen wesentlichen Einfluss darauf, dass Heil- und Gewürzpflanzen in den Klostergärten und in Folge auch in Bauerngärten Eingang hielten. So werden meist blühende Heilpflanzen aus dem eigenen Garten und von der Wiese samt Getreide in die Kräuterbuschen gebunden.

Ziel dieser Arbeit war, einen geschichtlichen Überblick über die Herkunft des Brauchtums der Kräuterbuschen und deren Weihe zu Mariä Himmelfahrt, am 15.8. zu geben. Anhand von Interviews in Mariapfarr und Umgebung konnte dieser religiöse Volksbrauch beleuchtet und festgehalten werden.

Als InterviewpartnerInnen wurden 15 Personen aus Mariapfarr und Umgebung im Alter zwischen 39 und 80 Jahren befragt. Folgende Fragen wurden gestellt:

- Wie ist der Ablauf (inkl. Vorbereitung) der Kräuterweihe am 15.8. in Mariapfarr/Lungau?
- Welche Kräuter werden für die Kräuterweihe/den Kräuterbuschen gesammelt?

- Wozu werden die gesammelten Kräuter in Mariapfarr und Umgebung verwendet?
- Welche Bedeutung hat der Frauentreißiger im Lungau?

Bemerkenswert ist, dass der Brauch der Kräuterweihe in Mariapfarr sehr gerne angenommen wird. Das zeigt die große Anzahl der zur Weihe gebrachten Kräuterbüschel und -buschen. Kräuter, die im August auf Wiesen, im Wald oder im Hausgarten blühen und für Küche und Hausmedizin getrocknet werden, werden gesammelt und in den Kräuterbuschen gebunden. Duftende Kräuter spielen dabei eine wichtige Rolle, da die Kräuterbuschen in vielen Fällen zum Räuchern verwendet werden. Die Auswahl der Kräuter im Kräuterbuschen erfolgt nach persönlichem Belieben. Eine bestimmte Anzahl oder Reihenfolge beim Binden wird kaum berücksichtigt. Die Tatsache, dass auch Teile vom Kräuterbuschen im Tee landen können, weist auf ein gutes Kräuterwissen der Sammler- und AnwenderInnen hin. Die geweihten Kräuter gelten besonders als Schutz und Segen in den Häusern und dienen in erster Linie zum Räuchern in den Raunächten zu Weihnachten (24.12., 31.12., 5.1.). Aber auch Tiere werden durch das Räuchern im Stall unter den besonderen Schutz und Segen gestellt und bekommen zu Weihnachten vereinzelt noch Teile vom Kräuterbuschen ins Futter gemischt. Um vor Unwettern verschont zu bleiben, werden Teile des Kräuterbuschens bei aufziehenden Gewittern ins Herdfeuer geworfen.

Die Befragungen mittels ExpertInnen-interviews ergaben, dass das Brauchtum der Kräuterweihe im Lungau aus der Tradition heraus gelebt wird. Viel Wissen wurde bereits in Kindheitstagen, meist durch die Mutter, generiert und wird von Generation zu Generation weitergegeben. So schilderten InterviewpartnerInnen, dass sie bereits als Kind von der Mutter zum Sammeln der Kräuter geschickt wurden. Das tradierte Wissen über die Heilkräuter ist in vielen Fällen durch Kurse und Literatur ergänzt worden und findet in reichem Maße Anwendung, was die Fülle an erhobenem Datenmaterial zeigt.

Wichtig erscheint dabei:

1. die Erfahrungen der Leute (Wissenserwerb),
2. die unterschiedlichen Anwendungen und
3. die heute noch verwendeten Kräuter im Kräuterbuschen.

Die Gefahr besteht, dass manches kulturelle Erbe verloren geht. Diese Arbeit soll einen Beitrag leisten, traditionelles Wissen und Brauchtum zu verstehen und zu dokumentieren, sodass dieses

weiter tradiert werden kann und die vielfältigen Wirkungsweisen lebendig erhalten werden.





Elvira Wenger-Oehn

Leberwirksame Heilpflanzen

Die Leber ist unser größtes inneres Organ und erfüllt in unserem Körper eine Vielzahl an lebenswichtigen Aufgaben. Lebererkrankungen verursachen kaum Schmerzen und weisen oft keine eindeutigen Symptome auf. Daher werden Lebererkrankungen oft zu spät erkannt, mit manchmal schwerwiegenden Folgen. Viele Faktoren wie gesunde Ernährung, gesunde Lebensweise und Vermeidung schädigender Noxen können hier helfen.

Es gibt eine Vielzahl an Lebererkrankungen. Da oft keine kausale Therapie für dieser Erkrankungen zur Verfügung steht, kommen allgemeine und symptomatische Maßnahmen zum Einsatz. Patienten mit Lebererkrankungen profitieren hier vom adjuvanten Einsatz von pflanzlichen Therapeutika, häufig sogenannte Hepatoprotektiva. Hepatoprotektiva können begleitende Beschwerden lindern, leberregenerierende Mechanismen unterstützen und vorbeugend wirken. Für einige Lebererkrankungen ist der Einsatz von pflanzlichen Präparaten jedoch nicht geeignet und daher sind Lebererkrankungen grundsätzlich erst nach entsprechender Diagnostik durch einen Arzt mit Phytotherapeutika zu behandeln. Es ist sowohl auf die richtige Dosierung als auch auf die Herkunft und Qualität der eingesetzten Heilpflanzen und Fertigpräparate zu achten. Vorsicht ist bei manchen „Leberschutzmischungen“ und „Leberkuren“ geboten, da bei falscher Anwendung schwerwiegende Folgen auftreten können. Hepatoprotektiva können bei verschiedenen Beschwerden sinnvoll mit Chologoga kombiniert werden.

In der Volksheilkunde und Erfahrungsmedizin wurde im Laufe der Jahrhunderte eine Vielzahl an Pflanzen für Leber- und Gallenerkrankungen eingesetzt - einerseits um Erkrankungen

zu heilen und Symptome zu lindern, andererseits zur Leberpflege um Lebererkrankungen nicht entstehen zu lassen. Heilpflanzen sollten helfen die Leber in ihrer Entgiftungsfunktion und ihrer Stoffwechsellaufgabe zu unterstützen. Die in dieser Arbeit vorgestellten positiven Wirkungen verschiedener Heilpflanzen stammen oft nicht aus umfassenden randomisierten Studien, die dem aktuellen Stand der Wissenschaft entsprechen, sondern aus unkontrollierten Beobachtungen mit geringen Patientenzahlen oder aus der Erfahrungsheilkunde. Sie werden daher meist schulmedizinisch nicht als Behandlungsempfehlung anerkannt. Das heißt aber nicht, dass der eine oder andere Inhaltsstoff nicht tatsächlich eine Wirkung aufweist, es fehlt jedoch noch der wissenschaftliche Beweis hierfür. Laut momentanem Stand der Wissenschaft wird die Ansicht vertreten, dass Krankheiten der Leber durch keine Therapie in ihrem Verlauf entscheidend zu beeinflussen sind. Jedoch können Begleitsymptome gelindert und positive Effekte auf den Verlauf, die Lebensqualität und die Sterblichkeit, oft in Begleitung mit anderen Maßnahmen, beobachtet werden. Erschwert wird die Beurteilung dadurch, dass der Verlauf von Lebererkrankungen außerordentlich stark variiert.

Heilpflanzen, die bei Lebererkrankungen eingesetzt werden, die pharmakologisch gut untersucht, wo Studien vorliegen und deren hepatoprotektive Wirkung als positiv bewertet wurde, sind Mariendistel und Artischocke. Einige der in der Arbeit vorgestellten Heilpflanzen können beim gesunden Menschen zur Gesunderhaltung und der im Volksmund „Entgiftung“ der Leber in richtiger Dosierung und sinnvoller Dauer angewendet werden. Auch der Verzehr von leberwirksamen

Heilpflanzen, z.B. in Form eines Wildkräutersalates, kann man als zusätzliche Maßnahme beim Gesunden und Kranken einsetzen.

Eine der häufigsten Ursachen für eine chronische Lebererkrankung ist die chronische Hepatitis C. Hierbei hat sich der Einsatz von Mariendistelpräparaten bewährt. Studien zeigen, dass Silibinin sogar die Virusmenge senken kann.

Auch andere Heilpflanzen wie Gelbwurzwurzel- und Artischockenblätterextrakte werden bei dieser Erkrankung von Therapeuten eingesetzt, wobei ausreichende Belege für deren Wirksamkeit fehlen. Gerade für sogenannte Non-Responder wären Therapeutika aus dem pflanzlichen Bereich interessant. In diese Richtung wird derzeit geforscht, wie aktuelle Studien (z.B. zu Birkenkork-Extrakten) zeigen.

Die großen medizinischen Entwick-

lungen der Schulmedizin in den letzten Jahrzehnten wurden von der sogenannten Erfahrungsmedizin, zu der auch verschiedene Aspekte der Phytotherapie gehören, nicht in gleichem Maße mitgemacht. Berichte über positive Wirkungen, tradierte Überlieferungen oder Aussagen von Meinungsführern werden in ihrer Beweiskraft von der Schulmedizin als nicht ausreichend anerkannt. Aussagekräftige Studien fehlen und positive Wirkungen werden oft nur im Reagenzglas beobachtet. Aufgrund der wachsenden Verbreitung und Popularität der Phytotherapie erscheint es weiterhin wissenschaftlich interessant und notwendig, den Nutzen von phytochemisch gut charakterisierten pflanzlichen Zubereitungen, in randomisierten, kontrollierten Studien, zu untersuchen.



OSR Elisabeth Winder

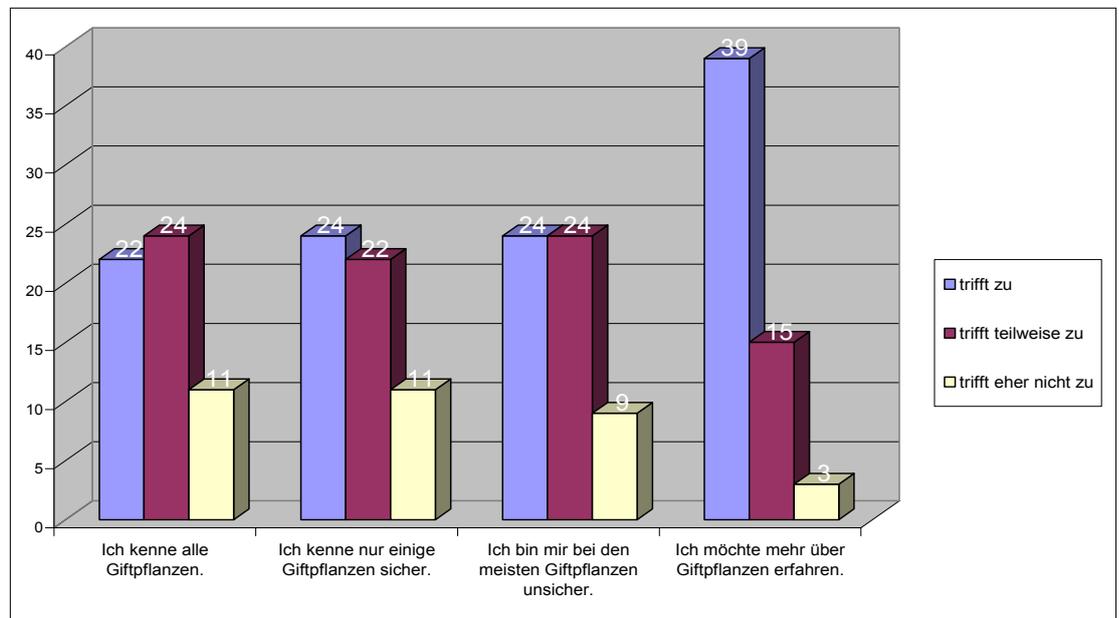
Die Gefährlichkeit von Giftpflanzen im Kindesalter

Als leidenschaftliche „Hobby – Botanikerin“ beschäftige ich mich schon sehr lange mit Wildkräutern. Das Wissen über essbare Pflanzen brachte mich auf die Idee, mich auch über Giftpflanzen zu informieren. In diesem Hochschullehrgang hatte ich die Möglichkeit, mein Wissen in diese Richtung zu erweitern. Als ehemalige Lehrerin liegen mir Kinder heute noch sehr am Herzen, deshalb war das mein Forschungsgebiet.

Manchmal haben Giftpflanzen eine gewünschte Heilwirkung, manchmal dagegen eine giftige Wirkung.

den den Eltern des Kindergartens von Sankt Oswald bei Freistadt mit einem anonymen Fragebogen unter anderem folgende Forschungsfragen gestellt: In welchem Bereich, in dem sich Ihr Kind aufhält, gibt es möglicherweise Giftpflanzen? – Diese Frage betrifft die nähere Umgebung der Kinder: Haus und Garten – die Eltern wissen hier besser Bescheid, wo sich Giftpflanzen befinden, bei Spielplatz und Wald sind sie eher unsicher.

Welche Kenntnis haben Sie über Giftpflanzen? – Die Grafik gibt Auskunft – Erstaunlich war, dass fast 40 der befrag-



Dies ist aber immer eine Frage der Dosis. „Alle Dinge sind Gift und nichts ist ohne Gift. Allein die Dosis macht, dass ein Ding kein Gift ist.“ Es war der große Arzt Paracelsus, der vor etwa 500 Jahren diesen Satz schrieb.

In Pflanzenportraits wurde besonderes Augenmerk auf die Gefährlichkeit der jeweiligen Giftpflanzen für Kinder gelegt. Unter anderem wurde auch auf die Inhaltsstoffe, die Vergiftungssymptome und die Vergiftungsfälle bei Kindern und die Erste Hilfe bei der jeder Pflanze hingewiesen.

Um den Wissensstand über die Kenntnis von Giftpflanzen zu eruieren, wur-

2. Welche Kenntnisse haben Sie über Giftpflanzen?



Abbildung 1: Dieffenbachie Foto: E. Winder

ten Eltern mehr über das Thema wissen wollen.

Welche Giftpflanzen kennen Sie sicher? (schriftliche Aufzählung) – Bei der Auswertung fällt auf, dass die Kenntnis der giftigen Pflanzen tatsächlich sehr breitgefächert ist, manche gaben nur 1-2 Pflanzen an, andere wieder wesentlich mehr.

Wie wichtig ist für Sie das Thema der „Gefährlichkeit von Giftpflanzen im Kindesalter“? – 53 von 57 Eltern haben „ja“ angekreuzt. Die Beantwortung dieser Frage zeigt, dass viel Aufklärungsarbeit über Giftpflanzen bei jungen und „jung gebliebenen“ Eltern dringend notwendig ist.

Bei der Auswertung der Fragebögen (57 von ca. 90 Bögen) lässt sich erkennen, dass zwar Kenntnisse über Giftpflanzen, aber auch Unsicherheiten vorhanden waren. Fast allen Personen, die daran teilgenommen haben, ist das Thema über die Giftpflanzen wichtig. Sie wollen mehr darüber wissen.



Abbildung 3: Goldregen

Foto: E. Winder

In Zukunft werde ich mein Wissen über die „Gefährlichkeit der Giftpflanzen im Kindesalter“ in Form von Vorträgen oder Familien-Kräuterwanderungen weitergeben. Ein weiteres Ziel ist, eine Broschüre in Form eines Ratgebers zu diesem Thema herauszugeben.



Abbildung 2: Blauer Eisenhut

Foto: E. Winder



Impressum

Herausgeberin:

Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik
Zentrum für Weiterbildung und Drittmittelprojekte (Eigene Rechtspersönlichkeit)
Angermayergasse 1, 1130 Wien
Tel.: 01/877 22 66, E-Mail: info@agrariumweltpaedagogik.ac.at
www.agrariumweltpaedagogik.ac.at

Erstellung und Redaktion:

DIⁱⁿ Veronika Hager, DIⁱⁿ Isabell Vogl, BEd

Grafik und Satzherstellung:

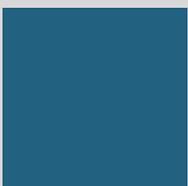
DI Lukas Kalcher

Wien, Mai 2015

Eine Haftung der AutorInnen und der Herausgeberin ist ausgeschlossen.
Nachdruck oder sonstige Wiedergabe und Veröffentlichung, elektronische Speicherung und kommerzielle Vervielfältigung, auch einzelner Artikel, nur mit schriftlicher Genehmigung der Medieninhaberin.

Die Beiträge sind mit den jeweiligen AutorInnen gekennzeichnet und müssen sich nicht mit der Meinung des Herausgebers decken.

© Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik, Wien



Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik

Angermayergasse 1, 1130 Wien

www.agrarumweltpaedagogik.ac.at