

Kräuter, Drogen und Gewürze

**Sammelband zum Themenfeld Heilkräuter,
Pflanzenheilkunde und Gewürze**

von Cornelia Richter

unter Mitarbeit von Jürgen Knauss

Blankenhainer Berichte Band 33

Deutsches Landwirtschaftsmuseum Schloss Blankenhain

Freilichtmuseum der ländlichen Kultur, Technik und Arbeit für das

historische Mitteldeutschland



2024

Inhaltsverzeichnis

Jürgen Knauss

| | |
|---|---|
| Kräuter, Drogen und Gewürze – ein Vorwort | 5 |
|---|---|

Jürgen Knauss & Cornelia Richter

| | |
|---|---|
| Von Kräutlein und Tinkturen – Pflanzen und Volksheilkunde | 8 |
|---|---|

Cornelia Richter

| | |
|---|----|
| Heilkräuter, Würzkräuter, Pflanzenheilkunde | 16 |
|---|----|

Wichtige Aspekte und Entwicklungsschritte der Pflanzenheilkunde
(Phytotherapie)

18

Neuere Ansätze der Pflanzenheilkunde

22

Ursprung der Teekultur

24

Heilpflanzen – Was ist Phytotherapie?

27

Definition Heilkraut / Wildkraut / Würzkraut

30

Renaissance der „Kräuteranwendungen“

32

Wissenswertes zur risikofreien Anwendung von Wild- bzw. Heilkräutern

33

Heil- und Würzkräuter - was die Wirkung ausmacht

34

Erläuterungen zu Pflanzeninhaltsstoffen

35

Pflanzenbasierte Therapieverfahren

47

Homöopathie

53

Spagyrik

58

Ayurveda

61

Alphabetische Pflanzenporträts von Anis bis Ysop mit Bild

64

Giftpflanzen – Pflanzengifte

135

Grundregeln der Tee-Anwendung

139

Rezepte aus der Kräuterheilkunde

139

Rezepte aus der Kräuterküche

145

Tipps rund um Gewürze und Kräuter

151

Quellen

153

| | | |
|---|-------|-----|
| Exkurs ¹ | | 156 |
| Ralph Herrmann | | |
| Heilkräuter im Museum | | 156 |
| Susanna Kosmale (†) | | |
| Historische Streiflichter auf Besonderheiten bei der Nutzung und Einführung von Heilpflanzen im Westerzgebirge und seinem Vorland | | 164 |
| Peter Meese | | |
| Wildwachsende Arzneipflanzen der Region um Zwickau, Werdau und Crimmitschau | | 168 |
| Karl-Heinz Weißflog | | |
| Bockau der Laborantenort im Erzgebirge | | 173 |
| Wulf Xylander | | |
| Das Thüringer Kräuterland - von Buckelapothekern, Laboranten und Kräuterweibern | | 181 |
| Ute Helm | | |
| Phytotherapie in der modernen Pharmazie | | 184 |
| Cornelia Richter und Jürgen Knauss | | |
| Heilwirkung von Bienenerzeugnissen – äußerst wirksam, kaum bekannt | | 187 |
| Jürgen Knauss und Cornelia Richter | | |
| Süßstoffe aus der Tier- und Pflanzenwelt | | 193 |
| Autorenverzeichnis | | 201 |
| Kräutertafeln | | 202 |

¹ Bei den Artikeln im Exkurs handelt es sich um Beiträge die in mittlerweile vergriffenen DLM-Publikationen schon veröffentlicht wurden, das behandelte Thema aber sehr gut ergänzen und bereichern

Kräuter, Drogen und Gewürze – ein Vorwort

Für die meisten Menschen der Erde bilden Pflanzen die materielle Grundlage der Kultur. Die Pflanzen dienen als Nahrung, Kleidung, Baumaterial, Transportmittel, Arznei und als Zubehör für Rituale. Die Ursache für diese Pflanzennutzung liegt in der ökologischen Tatsache, dass Pflanzen aus atmosphärischen Gasen ihrer Umgebung in Verbindung mit winzigen Mengen anorganischer Nährstoffe organische Substanzen – also Leben – herstellen können.

„Alle Tiere, einschließlich des Menschen, sind nicht nur mit ihrem Lebensunterhalt, sondern auch mit ihrer Lebensweise auf Pflanzen angewiesen. Die Nahrung, die ein Tier zu sich nimmt, seien es Pflanzen, Hühner, Fische oder andere Fleischsorten, bestimmt über seine Stellung in der ökologischen Lebensgemeinschaft. In diesem ökologischen Sinn ist ein Tier tatsächlich das was es isst, und im Gesamtzusammenhang des Lebendigen sind sie durch das definiert, was sie verzehren. Mit Ausnahme weniger chlorophyllhaltiger Mikroorganismen und einiger Lebewesen aus Korallenriffen, die symbiotische Algen enthalten, kann kein Tier leben und wachsen, ohne etwas anderes zu verbrauchen. Pflanzen dagegen unterscheiden sich in der Regel nicht durch das, was sie verbrauchen, sondern durch ihre Produkte, also das, was sie hervorbringen“ (aus Balick und Cox: Drogen, Kräuter und Kulturen. WBG Darmstadt 1997, S. 10).

Die Pflanzen dienen aber dem Menschen nicht nur zur Ernährung und zum Bauen, sondern auch als Heil-, Rausch- und Würzmittel durch die in ihnen verborgene Biochemie. Diese biochemischen Bestandteile haben nur wenig mit dem Phänomen der Photosynthese zu tun, ihr Ursprung liegt in der Unbeweglichkeit der Pflanze. Pflanzen sind auf das Spiel von Wind, Wasser, Licht und anderen Lebewesen bei ihrer Verbreitung angewiesen. Die Pflanze bietet den Insekten Nektar als süße Nahrung und im Gegenzug werden die Pollen verbreitet. In Fruchtfleisch verpackte Samen werden als Nahrung aufgenommen und wieder ausgeschieden. So ist also die Pflanze bei ihrer Verbreitung auf die Zufälligkeit angewiesen – aber nicht immer geht es beim Kontakt Tier-Pflanze um die Verbreitung, meist geht es ums Fressen, und hier kann die Pflanze nicht entfliehen. „Deshalb mussten die Pflanzen notgedrungen zu Spezialisten für die Biochemie der Tiere werden. Ihre chemischen Produkte dienen nicht nur dazu, Tiere für die Bestäubung oder den Samentransport zu belohnen, sondern sie vertreiben, lähmen oder vergiften auch Tiere, die die Pflanze zerstören wollen“ (aus Balick und Cox, 1997, S. 12). Es sind gerade diese Wirkstoffe, die Pflanzen gegen Tiere einsetzen, die in der Medizin von großer Bedeutung sind. Ein Viertel aller verschreibungspflichtigen Medikamente beruhen auf diesen biochemischen Abwehrkeulen. Weiterhin sind es diese Substanzen, die als Wirkstoffe bei den Heil- und Würzkräutern sowie den Genuss- und Rauschmitteln fungieren – sei es das ätherische Öl im Salbei, das Koffein im Kaffee, das Nikotin im Tabak oder das Opium des Schlafmohns.

Ebenso wie diese Rausch- und Genussmittel der Drogen, sind die Gewürze untrennbar mit der menschlichen Entwicklung verbunden. Schriftliche Aufzeichnungen über Gewürze reichen über Jahrtausende zurück. Sie finden sich im Medizinbuch des chinesischen Kaisers Shen Nung (auch bekannt als legendärer Urkaiser Shennong) ebenso wie auf einer ägyptischen Papyrusrolle 1.500 v.Chr. Dieses Papyrus verzeichnet 877 Gewürzrezepte unter anderem mit Zutaten wie Wermut, Anis, Senf, Safran, Minze, Koriander, Sesam und Kümmel. Gewürze waren das wichtigste Handelsprodukt zwischen Asien, als dem Heimatkontinent der meisten Gewürze, und den Hochkulturen des Nahen Ostens und des Mittelmeerraumes. Auf jahrtausendealten Karawanenwegen wurden die tropischen Gewürze auf langen und strapaziösen Reisen in die Zentren des Verbrauches transportiert, was sie überaus teuer und kostbar machte. Die Suche nach den kürzeren Seewegen zu den sagenumwobenen Gewürzländern veranlasste die großen Seefahrer Magellan, Vasco da Gama oder Kolumbus zu ihren Entdeckungen. Um die Handelswege und den Besitz der Gewürzländer wurden über Jahrhunderte blutige Kriege geführt, denn der Handel mit Gewürzen war ein hochprofitables Geschäft.

Gewürze sind Würz- und Nahrungsmittel zugleich, andere werden für Heilzwecke oder zur Gewinnung aromatischer Inhaltsstoffe und ätherischer Öle verwandt, die Nutzungsvielfalt ist beinahe grenzenlos.

„Den rechten Gebrauch der Kräuter, Blumen und Samen, die man in seinem Garten ziehet und aufbringen zu genießen/kann man derselben Kraft und Tugenden durch Kunst merklich verbessern und aus ihnen Wasser und Öle extrahieren und destillieren“, so der Vermehrte und Verbesserte Hausverwalter von 1719.

Schon seit den Hochkulturen der Antike ist die Anwendung von Heilkräutern bekannt. Im Mittelalter waren die Klöster, allen voran die des Benediktinerordens, berühmt für ihre Kloster- und Mönchsmedizin – noch heute gibt es ein „Allheilmittel“, den unter eingetragenem Warenzeichen erhältlichen „Klosterfrau Melissengeist“. Die Kräuterheilkunde erreichte in den Klostergärten ein hohes Niveau und das Wissen um die Wirkung der verschiedenen Heilkräuter wurde in Kräuterbüchern niedergeschrieben. Die klösterliche Naturheilkunde griff auf die überlieferte Tradition der orientalischen Medizin und der Volksheilkunde zurück, denn wie der Volksmund schon spricht, „ist gegen Alles ein Kraut gewachsen“.

Die Heilkräuter wurden in Kräutergärten angebaut oder in der Natur gesammelt. Schon seit dem 15. Jahrhundert gibt es Apothekerordnungen, die den Verkauf und die Zubereitung von Kräutern und Arzneimitteln regeln. In den kräuterreichen Gegenden des Thüringer Waldes und des Erzgebirges entwickelte sich das Laborantengewerbe. Diese Laboranten stellten nach überlieferten Rezepten der Volksmedizin Balsame, Kräuterextrakte, Tinkturen und Kräuterdestillate her, die dann durch „Buckelapotheker“, „Olitätenhändler“ oder „Tiriackskrämer“, also Hausierer, mit auf dem Rücken getragenen Tragegestellen, dem sogenannten „Reff“, in ganz Mitteleuropa vertrieben wurden. Diese historische Tradition wird heute in diesen mitteldeutschen Regionen von weithin bekannten

Vorwort

Kräuterdestillen in der Herstellung feinster Kräuterliköre und Kräuterschnäpse fortgesetzt. Lebens- und Arzneimittelskandale sowie die Ökologie- und Naturkostbewegung tragen auch im Multi-Media-Zeitalter zum Erhalt des Erbes der Natur- und Kräuterheilkunde bei.

Die vorliegende Veröffentlichung aus dem Deutschen Landwirtschaftsmuseum widmet sich dem weiten Feld der Kräuter, Drogen und Gewürze. Dieses Themenfeld findet sich auch im Krütergarten und den Kräuterbeeten sowie in einer Ausstellung zum Drogeriewesen im Museum selbst. Allen beteiligten Autorinnen und Autoren ist für ihre ehrenamtliche Mitarbeit an der Publikation zu danken. Dank gilt ebenso allen Mitarbeitern des Museums, die an der Erstellung mitgewirkt haben, wie auch Herrn Dr. Hans-Jürgen Beier vom Verlag Beier und Beran, der Gestaltung und Druck in bewährter hoher Qualität ausführte. Möge die vorliegende Lektüre den Einen oder die Andere dazu animieren sich von der Kräuterwelt verführen zu lassen.

Museumsdirektor Dr. Jürgen Knauss

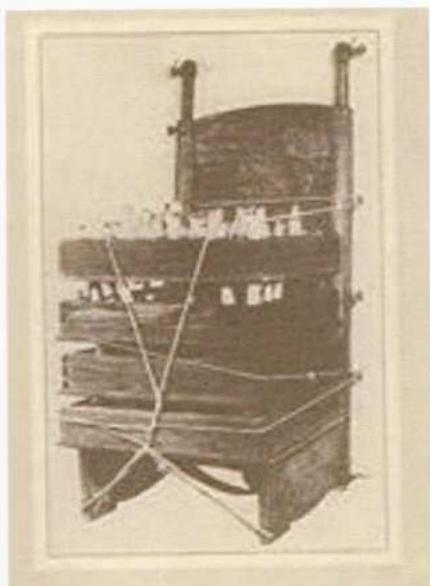


Abb. 3: Reff eines Thüringer Buckel-Apothekers.



Abb. 4: erzgebirgischer Räuchermann Buckel-apotheker



Abb. 5: Flaschenetikett Kräuterlikör Thüringer Buckelapotheker