

Markus Bürki | Beat Fischer | Christine Föhr | Nicolas Küffer  
Hrsg.

# Fingerhut & Herzgespann

Heilpflanzen im Botanischen Garten der Universität Bern





Markus Bürki | Beat Fischer | Christine Föhr | Nicolas Küffer  
Hrsg.

# Fingerhut & Herzgespann

Heilpflanzen im Botanischen Garten der Universität Bern



Haupt Verlag  
Bern – Stuttgart – Wien

Arnika (*Arnica montana*)

## Impressum

**Herausgeber/innen:** Markus Bürki, Beat Fischer, Christine Föhr und Nicolas Küffer

**Mit Beiträgen von:** Stefan Blaser, Steffen Boch, Beat Fischer, Christina Friedli, Christine Föhr, Rainer Häberli, Michael Jutzi, Nicolas Küffer, Yvonne Künzi, Thomas Mathis, Adrian Möhl, Ramon Müller, Simona Stoll und Deborah Schäfer

**Fotos:** Sämtliche Aufnahmen stammen von Markus Bürki, mit Ausnahme von 85/1, 194/2, 203/1 (Beat Fischer), 85/2 (Hafiz Issadeen), 175/2 (MONGO, Wikipedia) und 90/2 (Phytotheque Herbarium).

**Zeichnungen:** Stefan Eggenberg und Adrian Möhl

**Abbildungen:** Heinrich Füllmaurer – Württembergisches Landesmuseum, Stuttgart, Wikipedia (10 u.), Kräuterpfarrrer Künzle AG, Itingen (11 u.), Peter Paul Rubens, Wikipedia (11 o.), Rupertsberger Codex, Wikipedia (10 o.), Arnaldus de Villanova – Den groten herbarius met al sijn figuren der cruyden. Thantwerpen, Claes de Grave, 1533 (8), Wellcome Library, London, Wikipedia (9)

**Pharmazeutische Bearbeitung:** Christine Funke, Apothekerin FA Phytotherapie, Englisberg

**Lektorat:** Peter Schmid, Bern

**Gestaltung und Satz:** Judith Zaugg, Bern

### **Kontaktadresse:**

Verein Aquilegia, Botanischer Garten der Universität Bern  
Altenbergrain 21, 3013 Bern, [www.aquilegia.ch](http://www.aquilegia.ch)

1. Auflage: 2017

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-258-08011-6

Alle Rechte vorbehalten

Copyright © 2017 by Haupt Berne

Jede Art der Vervielfältigung ohne Genehmigung des Verlages ist unzulässig.

Printed in Germany

[www.haupt.ch](http://www.haupt.ch)

# Inhalt

<b>Vorwort</b> .....	<b>7</b>
<b>Zur Geschichte der Pflanzenheilkunde</b> .....	<b>9</b>
<b>Praktische Hinweise zu Heilpflanzen</b> .....	<b>12</b>
<b>Der Heilpflanzengarten</b> .....	<b>15</b>
<b>Heilpflanzenporträts</b> .....	<b>17</b>
Alkaloide .....	19
Ätherische Öle .....	51
Bitterstoffe und Scharfstoffe .....	93
Gerbstoffe .....	111
Glykoside .....	127
Schleimstoffe .....	173
Verschiedene Wirkstoffe .....	191
<b>Anhang</b> .....	<b>209</b>
Literatur und Links .....	210
Verzeichnis der deutschen Pflanzennamen .....	212
Verzeichnis der wissenschaftlichen Pflanzennamen .....	217
<b>Dank</b> .....	<b>223</b>



## Vorwort

Sie sehen umwerfend aus. Sie tragen klingende Namen. Sie erzählen sagenhafte Geschichten. Aber sie haben es faustdick hinter den Ohren: Hüten Sie sich vor den Heilpflanzen!

Immer wenn ich in diesem Buch blättere, schaue ich um mich, ob ich beobachtet werde. Ich wundere mich, dass ich in diesem Buch blättern kann, ohne Sonderbewilligung und ohne Waffenschein.

Was könnte ich mit dem hier versammelten Wissen alles anstellen. Und wie viel Leid und Weh und Durchfall war nötig, dieses Wissen hier zusammenzutragen.

Heilpflanzen können töten. Sie können Heilung beschleunigen. Sie können Aborte auslösen. Sie können Rausche verursachen. Sie können Schmerzen lindern. Sie können Entzündungen hemmen. Sie können die Verdauung anregen. Sie können entwurmen.

Sie tragen rätselhafte Namen wie Virginische Zaubernuss und Tausendgüldenkraut, hinterhältige wie Niederliegende Scheinbeere und Gemeiner Frauenmantel, sie locken als Nachtkerze und Pomeranze, drohen als Tollkirsche und Gefleckter Schierling.

Sie wurden gepflegt von Schamanen und Nonnen, Bäuerinnen und Barbieren, Ärzten und Apothekerinnen. Seit Tausenden von Jahren werden die Erzählungen über sie weitergereicht von Generation zu Generation wie Gotteserscheinungen und Kochrezepte.

Bei den Heilpflanzen trafen sich auch meine Eltern. Meine Mutter war Biologin, mein Vater Chirurg. Sie interessierte sich für Botanik und Pharmazie, er für Medizin und Medizingeschichte.

Im Studium hatten sie einst die gleichen Vorlesungen besucht und gemeinsam Herbarien angelegt. Danach trennten sich die Wege. Mein Vater war oft im Spital, meine Mutter bei uns Kindern zu Hause.

Ich war schon erwachsen, als meine Mutter den ersten Heilpflanzenführer zusammenstellte. Mein Vater unterstützte sie mit Büchern und Hinweisen. Meine Schwester tippte Handschriftliches in Tabellen. Da wurde geklebt und kopiert und geheftet.

In mehreren überarbeiteten Auflagen erschien der Heilpflanzenführer meiner Mutter. Und als er eines Tages wieder vergriffen war, reifte der Plan zu diesem schönen vierfarbigen und lesefreundlichen Buch.

Mein Vater und ich waren angefragt das Vorwort zu schreiben, in Erinnerung an meine vor zehn Jahren verstorbene Mutter. Dazu kam es nicht mehr. Mein Vater war gerade ins Spital eingeliefert worden, als wir noch einmal darüber sprachen. Es war der Schlafmohn, der ihn am Ende zur Ruhe brachte.

*Guy Krmeta*

Echtes Tausendgüldenkraut (*Centaureum erythraea*)