

# Immergrüner Tannenbaum : Schutzbaum und Heilpflanze

Autor(en): [s.n.]

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **50 (1993)**

Heft 1: **Immer müde wie ein Siebenschläfer : warum?**

PDF erstellt am: **26.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-557435>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.



## Immergrüner Tannenbaum – Schutzbaum und Heilpflanze



Der kleine Fichtenkreuzschnabel hat sowohl sein Aussehen wie sein Leben ganz auf die Fichte eingestellt.

Die Verwendung der Fichte als Schmuckbaum ist weithin geläufig, ebenso die wirtschaftliche Bedeutung ihres Holzes. Weniger bekannt ist hingegen, dass die Fichte von unseren Vorfahren als Schutzbaum verehrt wurde und dass sie noch heute als Heilpflanze von Bedeutung ist. Gerade jetzt, während der kühlen Jahreszeit, hilft sie uns bei Husten und Heiserkeit.

Die Fichte besitzt eine pyramidenförmige Krone mit weit ausladenden Ästen, von welchen die Zweige häufig vorhangartig herabhängen. Die Nadeln der Fichte sind dunkelgrün, vierkantig und spitz. Sie sitzen auf Blattpolstern und sind spiralig um den ganzen Zweig herum angeordnet. Wie die meisten Nadelbäume ist die Fichte auch im Winter grün. Die Nadeln verbleiben fünf bis sieben Jahre am Baum, bevor sie abfallen. Die in der Jugend meist rotbraune, glatte oder etwas feinschuppige Rinde wandelt sich im Alter in eine graubraune, in runden Schuppen abblätternde Borke um.

Eine Fichte kann eindrucksvolle Ausmasse erreichen. Sie wird bis zu 60 Meter hoch und ist damit – zusammen mit der Weisstanne, welche ähnliche Werte erreicht – der grösste Baum Europas. Auch das erreichbare Alter ist beachtlich. Im Kulturwald kann eine Fichte 200 Jahre, im Urwald sogar 600 Jahre alt werden.

Fichten sind erst mit 30 bis 60 Jahren geschlechtsreif. Die im Mai aufblühenden männlichen Blüten sitzen in zwei bis drei Zentimeter langen Kätzchen. Die weiblichen Blüten werden in purpurrot leuch-



**Aus den frischen  
Fichtensprossen wird  
der Hustensirup  
Santasapina  
gewonnen.**



tenden Zäpfchen gebildet, welche zunächst aufrecht auf dem Zweig stehen. Später neigen sie sich nach unten und wachsen bis zum Oktober zu den bekannten, zehn bis fünfzehn Zentimeter langen, braunen «Tannenzapfen» aus. Bei trockenem Wetter öffnen sich die Zapfenschuppen und entlassen bis zum nächsten Frühjahr die geflügelten Samen. Danach fallen die Zapfen ab.

### **In den Bergen zu Hause**

Die natürliche Heimat der Fichte umfasst grosse Teile Europas und Asiens. In der Schweiz kommt reiner Fichtenwald ursprünglich erst oberhalb von etwa 1300 Metern über Meer vor. An den im Mittelland künstlich entstandenen Fichtenkulturen haben Naturschützer wenig Freude. Ein solcher Forst bietet nur wenigen Pflanzen und Tieren Lebensraum. Die unteren Äste der Bäume sind abgestorben; eine Fichtenstange reiht sich an die andere. Auch der Waldboden unter den Fichten macht einen trostlosen Eindruck. Sehr wenige Pflanzen wagen sich hierher. Es gibt zu wenig Licht, und ausserdem ist der Boden viel zu sauer, denn die herabgefallenen Nadeln verrotten sehr langsam und säuern den Boden an.

### **Ein Fichten-Spezialist**

Die Samen der Fichte dienen vielen Tieren als Nahrung, so zum Beispiel dem Eichhörnchen, dem Specht und dem Fichtenkreuzschnabel. Letzterer besitzt einen seitlich übereinandergreifenden Hakenschnabel, mit dem er die Fichtensamen besonders gut zwischen den Zapfenschuppen hervorholen kann. Kreuzschnäbel sind Vagabunden, die meist in kleinen Trupps irgendwo auftauchen und meist bald wieder verschwinden. In manchen Jahren kommt es jedoch bei uns zu Masseninvasionen von skandinavischen Fichtenkreuzschnäbeln. Nicht nur die Schnabelform dieses Vogels stellt eine perfekte Anpassung an die Fichte dar, sondern auch dessen Brutverhalten. Er brütet dort, wo er viele Fichtenzapfen findet, und zwar meistens im Winter zwischen Januar und April. Dann ist es zwar kalt und meist liegt auch Schnee, aber zu diesem Zeitpunkt sind die Fichtensamen reif und stecken noch in den Zapfen.

### **Stradivari und Amati**

Das weisse, weiche und leichte Holz der Fichte lässt sich gut bearbeiten und ist vom jungen Stämmchen an vielseitig verwendbar. Schwache Sortimenten dienen als Stangen, Pfosten und Rohmaterial für die Papierfabrikation. Mittlere Stammstärken liefern Balken und Sperrholz, stärkere Stämme Bretter für verschiedenste Verwendungszwecke. Starke, gleichmässig gewachsene, astfreie Stämme



finden als wertvolles Furnierholz Verwendung. Und besonders feines Fichtenholz, sogenanntes Resonanzholz, eignet sich für die Herstellung von Musikinstrumenten.

Schon vor dreihundert Jahren stiegen berühmte Geigenbauer hoch in die Berge und klopften eigenhändig Fichtenstämme ab, um das ideale Klangholz für ihre Instrumente zu finden. Auch heute noch benötigen die Geigenbauer Fichtenholz. Für den Boden und die Zargenwände wird Ahornholz verwendet, die Resonanzdecke dagegen besteht nach wie vor aus dem leichten Holz einer gleichmässig und langsam gewachsenen Fichte.

### **Schutz und Geborgenheit**

Der Anblick einer gewaltigen Bergfichte lässt uns vielleicht verstehen, dass die Fichte einst als Schutzbaum verehrt wurde. Die Fichte symbolisiert das schützende weibliche Element; sie war ein Lebens- und Mutterbaum. Wenn sich eine Schar kleiner Fichtenbäumchen unweit von einer frei stehenden alten Fichte zusammendrängt, dann schaut diese wie eine grosse Glucke aus, welche die jungen Bäumchen unter ihre hängenden Fittiche nehmen will.

Schon manchem Wanderer hat eine Wettertanne, die in einsamer Höhe eisigen Stürmen und klirrend kalten Wintern trotzt, Schutz und Geborgenheit geboten.

Die Bedeutung der Fichte als Schutzbaum hat sich bis in die heutige Zeit überliefert. Nach der Errichtung des Dachstuhls bei einem Neubau wird häufig eine Fichte auf dem Dachfirst befestigt. Dieser Richtbaum soll das Haus vor Unglück schützen. ●

## **Winterzeit – Katarrhzeit**

Alfred Vogel stellte aus frischen Fichtensprossen Santasapina Husten-Sirup und Santasapina Bonbons her. Der Santasapina Sirup hat sich insbesondere in Zeiten erhöhter Ansteckungsgefahr sehr bewährt. Er hilft bei Katarrh der Atmungsorgane, bei Husten, Heiserkeit und Verschleimung. Die Santasapina Bonbons sind wohltuend für Rachen und Hals und wirken lösend bei leichter Verschleimung. Sie helfen ebenfalls bei Heiserkeit, Husten und Katarrh.

Auch Drosinula (Bronchial-Sirup) und Spitzwegerich-Sirup (Hustensirup) enthalten Auszüge aus frischen Fichtensprossen. Weitere Anwendungsformen sind Fichtennadelöl zur Inhalation und Fichtennadelextrakt als Badezusatz.

Schon im Mittelalter wurde festgestellt, dass ein Extrakt aus Fichtenknospen ein Heilmittel gegen Skorbut darstellt. Spätere Forschungen haben bewiesen, dass die Knospen der Nadelhölzer einen ausserordentlich hohen Gehalt an Vitamin C aufweisen.

Befindet man sich auf einer Wanderung oder Skitour und wird von einem Katarrh geplagt, so gibt es ein einfaches Hilfsmittel: Beinahe überall lässt sich eine Fichte finden. An ihnen sind immer Knospen vorhanden, die schon für das kommende Jahr vorbereitet sind. Diese Knospen kaut man langsam und gründlich, indem man von Zeit zu Zeit wieder eine neue Knospe in den Mund nimmt. Der Katarrh wird in wenigen Tagen verschwinden.