

Napoleons Weg

Pappeln, die Napoleon Bonaparte als Wegweiser pflanzen liess und die zur Familie der Weidengewächse gehören, prägen die Landschaft entlang vieler Flussauen und Alleen. In der Volksmedizin sind sie als Schmerzmittel geschätzt.

Text: **Annette Weinzierl**

weiser

Derzeit werden etwa 40 verschiedene Pappelarten unterschieden, von denen in Mitteleuropa hauptsächlich die Schwarzpappel (*Populus nigra*), Silber- oder Weisspappel (*Populus alba*) und Zitterpappel (*Populus tremula*) bekannt sind. Sie zählen zu den schnellwüchsigsten einheimischen Nutzhölzern. Mit ihrer hoch gewachsenen Krone bieten sie einer Vielzahl von Insekten, Vögeln, Eichhörnchen und Fledermäusen sicheren Unterschlupf und Nahrung. Die mittlerweile selten gewordene Schwarzpappel gehört zu den bedrohten Pflanzenarten, was ursächlich auf die Begradigung von Flüssen (siehe «Natürlich» 9-2006), die Entwässerung

von Feuchtgebieten, Grundwasserabsenkungen sowie auf den weit verbreiteten Anbau nicht an diesem Standort heimischer Hybridpappeln zurückzuführen ist. Pappeln haben in Wirtschaft, Medizin und Volksheilkunde als Nutzpflanzen seit vielen Jahrhunderten grosse Bedeutung. Sie enthalten Verbindungen von Salicylsäure – einen dem Aspirin ähnlichen Stoff –, die eine schmerzstillende und entzündungshemmende Wirkung besitzen.

Viele Arten von Pappeln

In Mitteleuropa ist neben Schwarzpappel, Silberpappel und Zitterpappel eine natürlich vorkommende Hybridsippe, die Grau-

pappel (*Populus x canaescens* oder *Populus alba x Populus tremula*), heimisch. Darüber hinaus werden aus forstwirtschaftlichen Gründen zahlreiche Hybriden kultiviert, von denen vor allem zwei sehr ähnliche Arten aus der Gruppe der Balsampappeln, *Populus balsamifera* (Balsampappel) und *Populus trichocarpa* (Westliche Balsampappel), erwähnenswert sind. Daneben finden sich noch verschiedene Sorten der Kanadischen Schwarzpappel (*Populus x canadensis*). All diese Baumarten sind aus einer Kreuzung der europäischen Schwarzpappel mit der Nordamerikanischen Schwarzpappel (*Populus deltoides*) entstanden. Eine Variation der Schwarzpappel ist die

Pyramidenpappel (*Populus nigra Italica*), die einen säulenförmigen Wuchs aufweist. Diese aus Italien eingeführte Baumart wird seit dem 18. Jahrhundert in Mitteleuropa als Strassen- und Alleebaum angebaut.

Für eine schnelle Verbreitung der Pappeln sorgte Napoleon Bonaparte (1769 bis 1821), der sie zur besseren Orientierung im Winter sowie als Schattenspender im Sommer an den Heerstrassen anpflanzen liess. Pappeln kommen in den gemässigten Klimabereichen weiter Teile Europas sowie in Nordafrika, Nordamerika und Ostasien vor.

«Populus – Plappern des Volkes»

Der Name Pappel lässt sich vom lateinischen Wort «populus» ableiten und bedeutet Volk oder Gemeinschaft. Dieser

Begriff stützt sich auf die griechische Bezeichnung «paipallomai» und meint zittern, zappeln und plappern, was sich zum einen auf die im Winde zitternden Blätter des Baumes und zum anderen auf das fortwährende «Plappern des Volkes» bezieht. Im übertragenen Sinn spielen die leichte Beweglichkeit der Blätter und ihr Rascheln im Wind in der botanischen Nomenklatur daher auf das Säuseln einer Volksmenge an.

Der römische Staatsmann, Historiker und Gartenspezialist Marcus Porcius Cato Censorius, genannt Cato der Ältere (234 bis 149 vor unserer Zeitrechnung), erwähnt bereits in seinem Werk «De agricultura» (der Landbau) die Pappel als Nutzpflanze und bezieht sich dabei auf die drei zu seiner Zeit bekanntesten Arten. Bei den Römern dienten die Laubblätter der Pappeln als Viehfutter, ihr

Holz wurde für den Schiffs- und Wagenbau benutzt und die Stämme galten als Rankhilfe für die Weinreben. Pappelholz ist eine sehr leichte und vielseitig verwendbare Holzart und wird heute hauptsächlich zu Sperrholz, Obst- und Gemüsesteigen, Möbeln, Zündhölzern und Zahnstochern verarbeitet.

Heilkunde aus früher Zeit

Erste europäische Hinweise über den medizinischen Nutzen der Schwarzpappel finden sich in Dioskurides «Materia Medica», die zu den bedeutsamsten pharmakologischen Werken der Antike zählt. Der griechische Militärarzt in Diensten Roms beschreibt darin die Anwendung der Pappelrinde gegen Harnzwang und des Saftes der Blätter gegen Ohrenschmerzen. Er berichtet auch von in Essig ge-

Zitterpappel (*Populus tremula*)

An die sommergrüne Espe, deren Blätter sich schon im kleinsten Windhauch bewegen, erinnert die Redewendung «zittern wie Espenlaub». Bei der Zitterpappel ist der Blattstiel stärker abgeflacht als bei anderen Pappelarten. Das Beiwort «tremula» stammt vom lateinischen Verb «zittern». Die gelbbraune Rinde junger Exemplare wird in China auch als Bandwurmmittel eingesetzt; im Alter ist die Rinde dann schwarzgrau und hat eine korkige Struktur. Die Espe bildet eine hellgrüne, kegelförmige Krone aus.

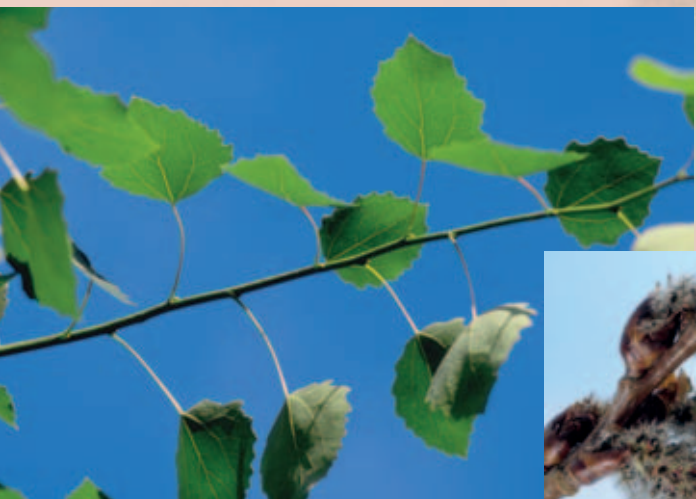


Foto: Beat Ernst, Basel



Schwarzpappel (*Populus nigra*)

Der Name nimmt Bezug auf die graue Borke, die bei älteren Exemplaren sehr dunkel und rissig ist. Die Blattunterseiten besitzen eine blassgrüne Farbe. Typische Merkmale der Schwarzpappel sind die häufig auftretenden grossen runden Beulen am Stamm. Die Krone ist unregelmässig aufgebaut und ausladend.

Schwarzpappeln können ein Alter von 300 Jahren erreichen. Ihre volkstümlichen Bezeichnungen lauten Salbenbaum, Schwarzer Alberbaum, Wollenbaum, Muckenbaum oder Faule Esche.



tränkten Pappelblättern, die als Auflage bei Schmerzen gegen die Gicht hilfreich seien.

Der griechische Arzt Claudius Galenus von Pergamon (129 bis etwa 201) empfiehlt eine Salbe aus Pappelknospen gegen Entzündungen. Hildegard von Bingen (1098 bis 1148) erwähnt in ihren Schriften, dass Salbenmischungen aus Pappelrinde bei Hauterkrankungen Linderung brächten. Der Arzt und Botaniker Pier Andrea Matthioli (1501 bis 1577) beschreibt in seinem «New Kreuterbuch» die Pappelsalbe als Heilmittel bei Entzündungen und Verbrennungen der Haut.

Rezeptur «Unguentum populeum»

Die Pappelsalbe «Unguentum populeum» zählte zu den beliebtesten volkstümlichen Heilmitteln der Ärzte und Kräuter-

kundigen. Eine alte Rezeptur aus dem 17. Jahrhundert beschreibt eine spezielle Salbenmischung, bestehend aus Pappelknospen, Nachtschattengewächsen, Hauswurz, Rosenwasser, Essig und Schweineschmalz. Der französische Chemiker und Pharmazeut Antoine Baumé (1728 bis 1804) verwendete die Salbe bei Verbrennungen, oberflächlichen Entzündungen der Haut, äusseren Hämorrhoiden und zur Schmerzlinderung. Tatsächlich besitzen Pappelsalben wundheilungsfördernde, schmerzlindernde und antibakterielle Eigenschaften und werden auch heute noch in einigen Fertigpräparaten zur Behandlung oberflächlicher Hautverletzungen eingesetzt. Tiermediziner verwenden gerne Zubereitungen aus Pappelknospen als pflanzliche Entzündungssalbe, wie zum Beispiel in Form der sogenannten «Grünen Salbe». Sie ist auf pflanzlicher

Basis, unbedenklich und rückstandsfrei. Die nordamerikanischen Indianer verwendeten die saftreiche Rinde der dort heimischen Zitterpappel im Frühjahr als Nahrung. Zu medizinischen Zwecken verarbeiteten sie Blätter, Rinde und Knospen zu einem bitteren Tonikum, um damit die Harnausscheidung und Leberfunktion zu verbessern oder auch um hysterische Erregungs- und Angstzustände zu behandeln. Die frische Rinde benutzten sie zur Wundversorgung bei Verletzungen, Ekzemen, Geschwüren und Verbrennungen. Gegen Ohrenschmerzen bereiteten sie eine ölige Mischung, die sich aus Bärenfett und Pflanzenteilen zusammensetzte.

Pappelwolle für Decken und Kopfkissen

Heimische Pappeln sind bis zu 30 Meter hohe, flach wurzelnde Bäume, die vielfach an Gewässern und auf kargen sandigen und lehmigen Böden wachsen. Sie finden sich oft in Gesellschaft von Weiden, Erlen oder Eschen und können gelegentliche Überflutungen gut überstehen. Ihre wichtigsten Lebensräume sind Auenwälder entlang grösserer Flüsse in sommerwarmen Tieflagen. Pappeln sind im Gegensatz zur Mehrzahl der anderen Waldbäume zweihäusig, das bedeutet, dass sich die weiblichen und männlichen Blüten jeweils auf verschiedenen Bäumen befinden.

Vor dem Laubaustrieb im Frühjahr erscheinen die männlichen und weiblichen Blütenkätzchen, aus denen sich nach der Bestäubung die Fruchtkapseln entwickeln. Diese sind bereits Ende Mai bis Anfang Juni reif und setzen dann in grossen Mengen ihre Samen mit vielen langen, dünnen und wolligen Flughaaren frei. Die leichte weissflockige Samenvolle wird an trockenen Tagen weit übers Land getragen, was den amerikanischen Pappeln in den USA und Kanada den Namen Cottonwood-Tree (Baumwollbaum) eingebracht hat. Mit dieser sogenannten «Baumwolle» füllte man früher Kissen und Decken.

Inhaltsstoffe und Anwendungsgebiete

Blätter, Rinde und Pappelknospen enthalten Flavonoide (sekundäre Pflanzenfarbstoffe), Gerbstoffe, ätherische Öle sowie Phenylglykoside mit den Wirkstoffen

Foto: Agentur Blickwinkel



Silber- oder Weisspappel (Populus alba)

Die Silberpappel entwickelt eine beeindruckende ausladende Krone und besitzt eine grauweisse Rinde, die im hohen Alter einen graubraunen Farbton annimmt. Die wechselständigen, gestielten Blätter weisen eine ovale bis handförmig gelappte Blattspreite auf, die Blattoberseite ist glänzend dunkelgrün und bildet einen Kontrast zu der fast weissen, filzig behaarten Unterseite. Die Silberweide wird traditionell als Silberbaum, Alber, Bellweide, Flickerpappel, Weissalber oder Wollpappel bezeichnet.

Salicin, Salicortin und Tremulacin. Diese Stoffe besitzen neben vielfältigen anderen Wirkungsmechanismen vor allem entzündungshemmende, schmerzlindernde, antibakterielle und krampflösende Eigenschaften.

Das Salicin, das auch in der Weidenrinde vorhanden ist und Aspirin nahesteht, wird im Körper zu der eigentlichen Wirkform Salicylsäure verstoffwechselt. Bereits im Jahre 1936 konnte die günstige Wirkung der Glykoside auf die Harnsäureausscheidung nachgewiesen werden. Allerdings wurde dabei beobachtet, dass auch der Gehalt an Salicylsäurederivaten und Flavonoiden zur genannten Wirkung beitragen. Den neuerdings nachgewiesenen Zink-Lignanen wird eine günstige Beeinflussung bei Störungen der Harnblasenentleerung infolge einer Prostatavergrößerung zugeschrieben.

Bei leichten Verbrennungen, oberflächlichen Hautentzündungen, Gliederschmerzen und äusseren Hämorrhoiden gelangen hauptsächlich die Knospen in Form einer Salbe zur Anwendung. Als begleitende Therapie bei Rheuma, Gicht (Verbesserung der Harnsäureausscheidung), Blasenleiden und Erkrankungen der Prostata werden hauptsächlich Pappelknospen in einer Teezubereitung zur inneren Einnahme verwendet.

Pappel in der Homöopathie

Ausgangsstoff für das homöopathische Arzneimittel (*Populus tremuloides* Michx.) war ursprünglich die innere frische Rinde

INFOBOX

Literatur

- Strassmann: «Baumheilkunde» AT Verlag, 2006, ISBN 3-03800-280-1, Fr. 34.–
- Laudert: «Mythos Baum» BLV Verlagsgesellschaft, 2004 ISBN 3-405-16640-3, Fr. 35.50
- Fischer-Rizzi: «Blätter von Bäumen» AT Verlag, 2001, ISBN 3-03800-232-1, Fr. 38.–
- Mezger: «Gesichtete homöopathische Arzneimittellehre», Haug Verlag, 2005 ISBN 3830403143, Fr. 237.–

Internet

- www.baumportal.de
- www.waldwissen.net/themen/waldbau/waldgenetik/wsl_schwarzpappel_DE
- www.gehoelze.ch
- www.baum-des-jahres.de/pappel/charakteristika.html

Bachblüte für Lebensmut

Die Bachblüte Aspen (Espe/Zitterpappel) wird bei Menschen eingesetzt, die aus unerklärlichen Gründen ein Angstgefühl überfällt, das oft mit Schweißausbrüchen und starkem Zittern einhergeht und nicht klar definiert werden kann. Meist handelt es sich dabei um sehr sensible Menschen, die überdeutlich alles registrieren, was um sie herum geschieht.



Ähnlich dem zarten Laub der Zitterpappel, das sich bei jedem Hauch bewegt, reagieren auch sie auf die Signale aus ihrem Unterbewusstsein oder von anderen Menschen.

Die Betroffenen leiden unter abergläubischen Vorstellungen, Vorahnungen und erwachen nachts oft schweißgebadet aus Alpträumen. Manche Kinder neigen zum Schlafwandeln und sprechen häufig im Schlaf. Aspen verhilft hier zu innerer Sicherheit, Stärke und Lebensmut.

junger Zweige und Blätter der amerikanischen Espe. Bald darauf setzte man auch die einheimische Espe (*Populus tremula*) ein. Julius Mezger berichtet in seiner homöopathischen Arzneimittellehre von der positiven Wirkung bei Blasenbeschwerden besonders bei alten Leuten oder bei Prostatavergrößerung und bemerkt, dass beide Arzneimittel in ihrer Wirkung gleichgestellt werden können.

Madaus erwähnt einige Fälle von Prostatahypertrophie, die mit der einheimischen Art mit einer Potenz von D₁ und D₂ erfolgreich behandelt wurden. Das Homöopathikum wird angewendet bei Blasenentzündung sowie bei Prostatavergrößerung, wenn nach dem Wasserlassen krampfartige und oft brennende Schmerzen hinter dem Schambein auftreten.

Pappelknospentee und -salbe

Pro Tasse Wasser wird ein Teelöffel der getrockneten oder frischen Knospen benötigt. Die Droge mit kochendem Wasser überbrühen, fünf Minuten ziehen lassen und abseihen. Davon zwei Tassen täglich trinken. Will man die bekannte Salbe «*Unguentum populeum*» selbst herstel-

len, so ist es wichtig, die Knospen im zeitigen Frühjahr in geschlossenem Zustand zu sammeln.

Zutaten:

100 Gramm Pappelknospen, 250 Milliliter Oliven- oder Sonnenblumenöl, 45 Gramm Bienenwachs. Die Knospen im Mörser zerdrücken, in ein sauberes Glas füllen und das Öl darübergiessen. Gut verschliessen und an einem warmen Ort zwei Wochen lang unter gelegentlichem Schütteln aufbewahren.

Danach das Öl mit den Knospen in einem Topf etwa 15 Minuten lang erwärmen – nicht kochen – und dann abfiltrieren. Zuletzt das Bienenwachs im Öl schmelzen lassen, in saubere Salbengefässe abfüllen, beschriften und kühl aufbewahren.

Gegenanzeigen und Nebenwirkungen

Pappelknospentee und Salbe nicht anwenden bei Überempfindlichkeit gegen Propolis, Perubalsam und Salicylate sowie bei Schwangerschaft und Stillzeit. Gelegentlich können allergische Hautreaktionen auftreten. ■