

Heracleum sphondylium

Heracleum sphondylium (Wiesenbärenklau), Heracleum mantegazzianum (Riesenbärenklau), Branca ursina, Sphondylium branca ursina, Spondylum

Deutscher/Englischer/Französischer Arzneiname

Echter Bärenklau, Gemeiner Bärenklau, Unechter Bärenklau, Bärenfuß, Bärentatze, Bullnklau, Emdstengel, Heilkraut, Herkuleskraut, Kuhlatsch, Kröpel, Ochsenzunge, Pferdekümmel, Rosskümmel, Rauhmaul, Saukraut, Tuten, Wiesenrhabarber, Wolfsklau

Französisch: Fausse branc-ursine, berce, corne de chèvre, patte de loup, patte d'ours;

Englisch: Common cowparsnip, hogweed, bear's breech, brankursine, swineweed, Meadow Parsnip, Cow Parsnip

Pflanzenfamilie

Doldenblütler - Apiaceae

Zubereitungsformen

Homöopathisch

Kräutertherapie

Tinktur

ätherisches Öl

Inhaltsstoffe der Arznei – Botanik

Kampferöl, Phellopterin, Umbilliferon, Rutin, Trimethylamin, Isoamylamin, Pellopterin, Pentacosan, Heptacosan, Octacosan, Nonacosan, Tricontan, Hentriacontan, Beta-Sitosterin, Cerylalkohol, ätherisches Öl, Glutamin-, Arginin-, Petroselin-, Öl-, Linol-, Palmitin-, Chlorogen- und Kaffeesäure. Ferment Chlorophyllase.

Die wichtigsten Furocumarine des Wiesenbärenklaus sind Isopimpinellin und Isobergapten (Heraclin). Des weiteren sind vorhanden: Xanthotoxin, Imperatorin, Angelicin und

Apterin. Unreife Früchte besitzen den höchsten Furocumaringehalt. In den Wurzeln Pimpinellin, Sphondin.

Thermische Eigenschaften TCM

warm und trocken

Wirkrichtung TCM

Wirkung TCM

auswurfördernd, beruhigend, blutdrucksenkend, erweichend, durchdringend, harntreibend, schleimlösend, stimulierend, verdauungsfördernd, Stuhlgang fördernd

Muster nach der TCM

weicht phlegmatischen Schleim auf

Geschmackseigenschaften

Organwirkungen TCM

Botanik

Wächst gern an feuchten Gräben, auf nassen Wiesen und an Ufern und tut es so seinem Namensvetter Bärlauch gleich, der bevorzugt gerne in feuchten Auenwäldern wächst.

Fasst man das Blatt an, so hat man den Eindruck einen Bärenfell zu streicheln, weil es die Samthaare aufweist.

Aufgrund der Höhe von maximal 1.5 Meter kann man den Wiesenbärenklau von seinem "großen Bruder", dem bis 4 Meter hoch reichenden Riesenbärenklau leicht unterscheiden.

Der Stängel enthält im Frühjahr einen gelben scharfen Saft mit schwachen Möhrengeruch. Blatt dolden wohlriechend.

Unreife Früchte gerieben riechen aromatisch.

Der Wiesenbärenklau fällt auf Wiesen durch seinen kräftigen Wuchs auf. Er erinnert entfernt an Angelika, ist

aber deutlich kleiner. Von der Keimung bis zur ersten Blüte des Bärenklaus können 10 Jahre vergehen. Ein Teil der Pflanzen blüht nur einmal im Leben, im besten Falle bis zu zehn Mal. An den Bärenklaupflanzen herrscht ziemlicher Betrieb, wenn Insekten von bis zu hunderten verschiedener Arten die Blüten besuchen (verschiedene Mücken, Fliegen, Hautflügler, Schmetterlinge, Fransenflügler und Käfer).

Die Pflanze bildet eine Nahrung für Schweine und Kaninchen.

Wuchsform: Zwei- oder mehrjährige krautige Pflanze.

Wurzel kräftig, rübenförmig, weißlich-gelb.

Stengel 5–20 mm dick, hohl, aufrecht, kantig und gefurcht, wie die Blätter steifhaarig, oben verzweigt, an den Knotenstellen Zwischenwände.

Seine Blätter können in Zerteilung und Behaarung sehr verschieden sein. Es kommen ungeteilte, gelappte und fiederschnittige Blätter vor.

Blätter groß, unpaarig gefiedert mit 1-3 Blättchenpaaren oder tief fiederschnittig. Diese Blättchen sehr groß, breit-eiförmig, gelappt oder fiederspaltig. Das besonders große Endblättchen 3lappig, alle ungleich grob kerbig gesägt. Grundblätter sehr groß mit offenen rinnigem Stiel, der allmählich in die Blattscheide übergeht. Diese und die der Stengelblätter umschließen den Stengel mit übergreifenden Rändern.

Umbelliferenblüte in flachen, zusammengesetzten 12-30strahligen Dolden, Blüte: weiß-hell gelbgrün, gewöhnlich ca. 5 mm (manchmal bis zu ca. 15 mm) breit; 5 Blütenblätter. Blütezeit: Juli–August.

Frucht: Breit längliche bis rundliche, auf der Rückenseite sehr flache, zweiteilige, manchmal schuppig behaarte, schwach geriefte, 7–8 mm lange, 7mm breite Ölfrucht.

Die nitrophile Pflanze (Ruderalpflanze) wird durch kräftige Kaliphosphatdüngung vernichtet.

Vorkommen:

In ganz Europa sowie in West-u. Nordasien, Ostsibirien, westl. Nord-Afrika verbreitet. Verschleppt in Nordamerika (Ostküste).

Kommt auf Wiesen, verwaldenden Feldern, Brachland, Höfen, Gärten, an Weg- und Waldrändern vor, auch Schienenböschungen. Und dort, wo er wächst, wächst er meist in größeren Beständen.

Geschichte der Arznei

Griechischer Namensursprung:

1. Heracleum kommt von dem Namen Herakles, der den kraftvollen Helden symbolisiert und die ihm gestellten übermenschlichen Aufgaben meistert.

2. Sphondylium bedeutet auf griechisch Wirbel bzw. Wirbelsäule und deutet auf eine gewisse Aufrichtung, Standfestigkeit oder auch im weitesten Sinne Aufrichtigkeit, die mit der Pflanze in Verbindung steht.

In alten Kräuterbüchern werden vielen Anwendungen bzw. auch kulinarische Rezepte in Verbindung mit dem Bärenklau angegeben, was heutzutage fast gar nicht mehr üblich ist. Er wurde also durchaus als Frühjahrsgemüse verwandt. Die jungen Blätter und Triebe können als Wildgemüse gegessen werden. Stängel noch nicht aufgeblühter Dolden enthalten zartes nach Wurzelgemüse schmeckendes Mark. Die jungen fleischigen Stängel erinnern geschmacklich an Kokosnuß.

In der antiken und mittelalterlichen Literatur findet sich kein Hinweis auf die Phyto-Photo-Dermatitis oder Wiesendermatitis, die heute insbesondere beim großen Bruder des Wiesenbärenklau, dem Riesenbärenklau

(*Heracleum mantegazzianum*) beobachtet wird.

Der Pflanzensaft des Wiesenbärenklaus kann, unter der Einwirkung von Licht Hautschädigungen verursachen (Wiesendermatitis, Phytophotodermatitis). Verantwortlich für diese Hautirritationen sind Furocumarine, die in allen Teilen der Pflanze vorhanden sind. Der Gehalt an Furocumarinen liegt bei Wiesenbärenklau sogar höher (mit Ausnahme der Früchte) als bei der in Verruf gekommenen Herkulesstaude (*Heracleum mantegazzianum*). Diese wirkt allerdings wesentlich aggressiver.

Zwar kann auch der Wiesen-Bärenklau zu Beschwerden führen, allerdings ist die Gefahr dafür geringer. Empfindliche Menschen können z.B. durch eine Berührung mit dem Bärenklau Ausschläge bekommen. Das sind zuerst brennende und juckende Rötungen, die nach ca. 20-48 h zu scharf begrenzter Rötung der Haut mit Juckreiz, Blasenbildung, Ödem werden können. Diese heilen langsam ab (1-2 Wochen) und können eine narbenähnliche Hyperpigmentierung hinterlassen.

Andererseits findet sich bei Vornarburg, dem Verfasser des vierbändigen Werks Homöotanik, einer Kräuterbuchreihe zu Pflanzen (Botanik) und Homöopathie, der Hinweis, dass er als Kind die hohlen Stengel des Wiesenbärenklaus als Blasinstrumente gebraucht hat, also offensichtlich keine allergischen Reaktionen auftraten, so dass man vermuten kann, dass diese Hautreaktion eher mit einer generellen, allgemeinen Vergiftung der heutigen Menschen zu tun hat.

Andere Pflanzen, die auch Wiesendermatitis verursachen können, sind das Johanniskraut (*Hypericum*) und die Weinraute (*Ruta graveolens*). Interessant ist, dass das Johanniskraut eine sehr ähnliche astrologische Signatur von SO/UR/NE (UV-Licht) in sich trägt wie auch der

Bärenklau und vielleicht auch die Weinraute. Diese Signatur weist darauf hin, dass hier eine Reinigung (UR/NE) durch z.B. UV-Bestrahlung (SO) stattfinden kann. Bei einer Vergiftungssituation könnte so gesehen eine Entgiftung über die Haut stattfinden – wer nicht vergiftet ist, der hat nichts zu befürchten? Ähnliches kennt man aus der Homöopathie, in der Mittel wie z.B. Sulfur starke Hautreaktionen auslösen können, die in der Regel aber als Reinigungsreaktionen zu betrachten sind.

In Osteuropa (Litauen) werden die fermentierten Blätter zur Herstellung von Bier ['Parst'] verwendet. Der Name Borscht, der für die berühmte osteuropäisch-russische Rote-Beete-Suppe steht, leitet sich von dem Namen des Bärenklaus „Parst“ ab, da ja das entsprechende fermentierte Getränk so heisst und die Verwendung von roter Beete erst seit dem 19. Jahrhundert für diese Suppe nachweisbar ist. Wahrscheinlich war also der Bärenklau der Namensgeber für die bekannte Suppe, die ursprünglich wohl deswegen auch mit Bärenklau gekocht wurde. Beide Gemüse, die rote Beete als auch der Bärenklau wirken ja stark reinigend.

Auch Liköre und Magenbitter werden aus dieser Pflanze hergestellt.

Russen und Kamtschatken schaben die Rinde von den Stielen, binden sie in Bündel, hängen sie auf und streuen sie, wenn sie welk geworden auf ihre Dächer. Nach einiger Zeit tritt ein süßes, dem Zucker ähnliches Mehl aus der Pflanze aus. Dies lässt sich durch Schütteln leicht absondern. So erhalten sie auf 40 Pfund Stengel ungefähr ein Viertel Pfund Zucker (Holzzucker? Xylit?).

Vonarburg hat eine homöopathische Verreibung mit dem Riesenbärenklau durchgeführt. Bei der Arzneimittelprüfung kam ein interessantes psychisches Symptom in den

Vordergrund: Absolute Gelassenheit in durchaus gefährlichen Situationen. Dies liesse sich so erklären, als ob der Geist des Namensgebers Herakles bzw. der Pflanze Riesenbärenklaus einen übermenschlichen oder bärenhaften Mut verleiht, der sonst der Person eigentlich nicht eigen ist. Hauptanwendungsgebiete des Bärenklaus sind die Verdauung, die Geschlechtsorgane und die Haut (Reinigung).

Astrologische Konstellation

MA/MO/SO/PL/JU/SA/UR/NE

Ätiologie

Essenz der Erlebensform

Essenz der Erleidensform

Empirisch-homöopathische Essenz

bisher keine bekannt

Spirituelle Symptomebene [C4]

Aufrichtigkeit

Bären, liebt

Gefahren, ignoriert G.

Kanada, liebt

Universum, dem U. es überlassen können, die Details zu regeln

Vertrauen in den göttlichen Weg

Geistige Symptomebene [C3]

Gelassenheit, fatale

Gefahren werden ignoriert

Seelische Symptomebene [C2]

Angst

Faulheit

Hypochondrie
Hysterie
Launenhaftigkeit
Mürrisch
Schüchternheit
Selbstvertrauen, mangelndes
Unsicherheit
Verspannung
Zaghaftigkeit
Zurückhaltung

Körperliche Symptomebene [C1]

Aphrodisierende Wirkungen bei Mann und Frau
Asthma
Atemnot
Bettnässen
Blähungen
Blasenentzündung
Bronchitis
Durchfall, Ruhr
Entzündungen im Rachenraum
Epilepsie
Erkältungen
Gelbsucht
Genitalschmerzen
Geschwüre (Leber, Milz)
Haarausfall, kreisrunder
Hautkrankheiten
Hautgeschwüre
Heiserkeit
Husten
Kopfschmerz
Lebergeschwür

Magenentzündung
Magen- und Darmkatarrh mit Durchfall nach Erkältung
Menstruationsbeschwerden
Muskelkrampf
Ohrenentzündung und Ohrenvereiterung
Nierensteine
Schlafsucht
Schmerzen, allgemeine
Tuberkulose
Verdauungsbeschwerden
Verdauungsschwäche
Symptomatische Vergleichsmittel

Inhaltliche Vergleichsmittel

- Hypericum, Johanniskraut

(MA/VE/MO/SO/PL/SA/UR/NE)

- Ruta graveolens, Weinraute

(MA/VE/SO/CH/PL/SA/UR/NE)

- Heracleum mantegazzianum

(MA/VE/MO/SO/PL/JU/SA/UR/NE)

(Unterstreichung bei den photosensiblen Pflanzen, wo offensichtlich die Signatur MA/VE/SO/PL/SA/UR/NE für die Photosensibilität steht)

- Verbascum thapsus (MA/VE/SO/PL/SA/NE)

Quellen

http://www.giftpflanzen.com/heracleum_sphondylium.html

<http://www.kaesekessel.de/kraeuter/w/wiesenbaerenklau.htm>

<http://www.heilkraeuter.de/lexikon/baerenklau.htm>

[<http://www.kraeuter-verzeichnis.de/blog/baerenklau---wiesen-baerenklau--heracleum-sphondylum-.shtml>]

<http://www.luontoportti.com/suomi/de/kukkakasvit/wiesenbaerenklau>

<http://www.wildstauden.de>

Bäsler, Friedrich „Heilpflanzen erkannt und angewandt“ Radebeul, Bln 1955

Bock, Hieronymus (1498-1554) „Kreuterbuch“ (1560)

Fischer, Margot „Wilde Gemüse“ mandelbaum verlag (2007)

Hayne, Friedrich Gottlob (1763-1832) „Getreue Darstellung und Beschreibung der in der Arzneykunde gebräuchlichen Gewächse“ (1821) Bd.7, S.48-50 (Nr.10)
Madaus „Lehrbuch der Biologischen Heilmittel“ 1938
Murray, Johan Andreas (1740-1791) „Arzneyvorrath“ Bd.1 (1793), Bd.1, S.529-32
Vonarburg: Homöotanik Band 2
Synthesis Repertorium