

Die Buche in der Naturheilkunde

Über ganz Europa ist die uns bekannte Buchenart — die Rotbuche (*Fagus silvatica*) — verbreitet. Sie bildet sowohl im Flachland als auch im Hochland (bis ca. 1000 m über dem Meeresspiegel) ausgedehnte Wälder. Sie liebt kalkreiche Böden und frostgeschützte Lagen, kann aber im Grunde auf allen Böden existieren. Ohne den Eingriff des Menschen wäre Europa hauptsächlich von Buchen bewaldet.

Die Rotbuche ist ein mächtiger Baum von bis zu 40 m Höhe und einem Kronendurchmesser bis zu 15 m. Solch ein Baum trägt ca. 600 000 Blätter, die — zusammengesetzt — eine Fläche von ca. 1200 qm ergäben. Mit Hilfe dieses dichten Blattwerkes, durch das kaum ein Sonnenstrahl dringt, schützt sie ihren massiven zylindrischen Stamm, der nur von einer dünnen, glatten, grauen Rinde umhüllt ist. Ebenso werden die Wurzeln, die teilweise an oder nur knapp unter der Oberfläche in die Breite wachsen, vor Temperaturschwankungen, Sonneneinwirkung und Flüssigkeitsverlust bewahrt. Nach der letzten Eiszeit, nach der sich das feucht-kühle Klima unserer Breiten einspielte, kehrte die Buche als einer der letzten der großen Bäume nach Mitteleuropa zurück. Rasch verdrängte sie andere Baumarten, was weniger an ihrer zähen Beschaffenheit lag, sondern an ihrem eben beschriebenen dichten Laubwerk. In dessen Schatten können andere Baumarten nur sehr schlecht nachwachsen, junge Buchen dagegen gedeihen darin ausgezeichnet.

Die lang gestreckten, fächerartig verzweigten Äste der Buche enden in länglichen, rehbraunen Knospen, aus denen sich im Frühjahr ovale, zartgrüne Blätter mit gewelltem Rand entwickeln. Im Herbst verfärben sich diese Blätter zunächst zu einem leuchtenden Orangegelb und später in ein Kupferbraun. Im Mai erscheinen die einhäusigen Blüten, wobei wir zwei bis drei gelbliche, aufrechte weiblich Blüten in einer Hülle finden. Die männlichen Blüten bilden gestielte, gelbliche Knäuel aus mehreren Kätzchen. Die dreiflächigen, glänzendbraunen Früchte (Bucheckern) sind in einem holzigen, mit kleinen Stacheln besetzten Fruchtkelch enthalten, der sich bei der Reife dreiteilig öffnet.

Da der Stamm der Buche sehr rissig und anfällig für Schädlinge ist, eignet er sich nicht als Bauholz. Zudem verzieht sich das Holz nach der Verarbeitung noch sehr stark, so dass höchstens Dübel und Schwellen aus ihm hergestellt werden... Es eignet sich jedoch gut für die Produktion von Holzkohle und als Brennholz.

Übergießt man die Asche mit Wasser und seiht sie nach einiger Zeit ab, so erhält man ein ausgezeichnetes Reinigungsmittel, ähnlich der Pottasche (= Kaliumcarbonat).

Im Mittelalter trieben die Bauern ihr Vieh in die Buchen- und Eichenwälder, damit es sich von den jungen Trieben oder den Bucheckern und Eicheln ernähren konnte. Außerdem wurde aus den zerkleinerten, ölhaltigen Eckern ein hervorragendes Speiseöl gepresst. Mit geraspelten Buchenspänen wurde auch Essig angesetzt sowie Wein geläutert und gefärbt.

Durch die Räucherung mit Buchenholz erhält Fleisch oder Fisch einen würzigen Geschmack und wird durch den Rauch haltbar gemacht. Die ungewöhnlich zarten, jungen Blätter der Buche schmecken als Gemüse oder Salat gut. Mit Alkohol und Zucker lässt sich aus ihnen sogar ein Likör ansetzen.

Medizinische Anwendungen

Sicherlich kann die Rotbuche nicht als Heilpflanze schlechthin gesehen werden. Doch möchte ich Ihnen einige interessante Methoden vorstellen, mit denen Sie sich ihre Kräfte zunutze machen können:

Umschläge von Buchenblättern

lindern entzündliche Schwellungen, heilen Erfrierungen und kühlen verbrannte Stellen. Die **desinfizierende Buchenasche** wurde früher zusammen mit Johanniskrautöl zu einer Paste verrührt und Geschwüren und Hautverletzungen aufgelegt.

Besonders interessant ist der unter dem Namen Kreosotum bekannte **Buchenholzteer**, der mittels trockener Destillation gewonnen wird. Er enthält die Wirkstoffe Guajacol, Cresol und Creosol und wurde früher zur Desinfektion, als Ätzmittel und zur örtlichen Betäubung in der Zahnheilkunde benutzt. Kreosotpillen (aus

Süßholzpulver, Glycerin und Kreosot) wurden bei Magenstörungen, aber auch bei tuberkulösen Erkrankungen verabreicht.

Wegen der kanzerogenen Wirkung von Teerprodukten wird Kreosotum heutzutage nur noch in der **Homöopathie**, und dort in mittleren und hohen Potenzen, angewandt.

Typische Symptome sind: Pulsieren im ganzen Körper; übel riechende, ätzende Absonderungen; reichliche Blutungen, oft schwarz; und brennende Schmerzen.

Absonderungen, übel riechend und ätzend:

- aus Geschwüren, auch Krebsgeschwüren, die an allen Stellen des Körpers auftreten können, besonders an den Schleimhäuten
- aus Mund, Nase, Ohren; Schwellungen der Augenlider; schmerzhafter Tränenfluss
- sehr übel riechende Durchfälle, „cholera infantum“ bei schmerzhafter Zahnung
- Urin, übel riechend
- Ausfluss Leucorrhoe, übel riechende Lochien
- eitriger, stinkender Auswurf
- übel riechende Hautabsonderungen

Blutungen

- reichlich aus kleinen Wunden
- aus der Nase
- Zahnfleischbluten
- Petechien im Rachen
- blutige, fötide Stühle
- blutende Hämorrhoiden
- Urin, rötlich, mit rotem Sediment
- Menstruation, reichlich und lang dauernd; aussetzend beim Sitzen oder Gehen —tritt wieder auf beim Niederlegen
- blutiger Ausfluss nach Koitus
- Bluthusten

Geist und Gemüt:

- stupides Gefühl im Kopf
- Vergesslichkeit; Gedankenflucht; Konzentrationsstörungen;
- ängstliche und besorgte Stimmung
- sonderliches Symptom: Schwerhörigkeit während der Menstruation

Kreosotum bei Kindern:

- blonde, zarte Kinder, die zu schnell gewachsen sind; die Kinder sehen alt aus;
- Schlaflosigkeit und Durchfälle als Zahnungsbeschwerden;
- Zähne frühzeitig kariös, beginnend am Zahnhals
- Das Kind verlangt alles Mögliche, wirft es dann weg; übellaunig und mürrisch.

Bach-Blütentherapie

Wir verwenden die im April/Mai aufgehenden männlichen und weiblichen Blüten.

Beech (engl.: Rotbuche)-Charaktere leben in Isolation von ihren Mitmenschen, weil sie sich selbst auf ein Podest gesetzt haben, von dem aus sie über andere „richten“. M. SCHEFFER beschrieb ihre Haltung treffend mit dem Sprichwort:

„Beech sieht den Splitter im Auge des anderen, aber nie den Balken im eigenen Auge.“ Zusammengefasst: fehlendes Verständnis für andere, Unnachgiebigkeit, Unnachsichtigkeit, Pedanterie, hat immer etwas auszusetzen. Beech hilft diesen Menschen, ihre abgrenzende Haltung in Verständnis und Toleranz zu verwandeln. Im positiven Beech- Zustand kann der Mensch sich sich selbst zuwenden und kennenlernen und muss nicht mehr die Erfüllung der eigenen Wertmaßstäbe von seinen Mitmenschen erwarten.

Beech ist eine der wichtigsten Bach-Blüten bei der **Behandlung von allergischen Patienten**. Allergie bedeutet nichts anderes als Überreaktion, und, so betrachtet, ist der Gartenbesitzer, der kein noch so kleines „Unkraut“ auf seinem Teppichrasen duldet und sofort mit einem Vertilgungsmittel dagegen vorgeht, ebenso allergisch wie diejenigen Menschen, die wir aus der Praxis kennen. Ihre Haut juckt, die Gliedmaßen schwellen an, die Augen tränen usw. — allein aufgrund des Kontaktes (oder nur des Daran- Denkens) mit normalerweise völlig unschädlichen Substanzen. Ebenso ist auch der Beech- Charakter allergisch. Seine Allergie zeigt sich durch Intoleranz gegenüber Andersartigen. Diese zunächst geistige Allergie äußert sich — wenn der Zustand lange genug anhält — auch in den körperlichen Funktionen; d.h. sie wird materiell und verursacht körperliche Symptome.

In der **Indianermedizin** findet die amerikanische nahe Verwandte unserer Buche Verwendung, nämlich **Fagus grandifolia** (= großblättrige Buche).

Frische oder getrocknete **Blätter** werden ca. eine halbe Stunde ausgekocht und in diesem Absud werden sowohl Erfrierungen als auch Verbrennungen gebadet. Es wird berichtet, dass selbst schwere Erfrierungen schnell wieder durchbluten und Verbrennungen ohne Narbenbildung wieder abheilen.

Ausgekochte Blätter und Rinde werden zu einem Brei vermischt und Erfrierungen, Verbrennungen, Schwellungen und Hautirritationen .aufgelegt. —Schwellungen aufgrund von Verstauchung oder Verrenkung werden mit Packungen aus frisch **zerkauerten Blättern** behandelt. — Ein **Absud aus Zweigen, Blättern und Blüten** wurde zur Verdauungsförderung und Beseitigung von Nierenschmerzen getrunken.

Die Irokesen kannten eine Medizin, die bei den Feldscharen der englischen Armee als Heilmittel gegen Schwindelanfälle und sogar Epilepsie und Tollwut galt. Sie bestand aus gerösteten und dann pulverisierten **Buheckern und Buchenblütenpollen**. — Von Besserungen und sogar vollständigen Heilungen einer als Diabetes mellitus identifizierbaren Erkrankung durch einen stark **eingekochten Tee** aus Blättern, Rinden- und Eckernpulver berichteten diese Feldscharen ebenfalls.

Buchenholzpulver wurde bei Schwitzbadern auf heißen Steinen zur Desinfizierung und Deodorierung verdampft (= Kreosot, s.o.) und gegen Bronchitis und Rachenkatarrhe inhaliert.

Die medizinische Verwendung der Buche ist von Region zu Region und oft auch von Stamm zu Stamm verschieden. Auf eine diesbezüglich differenzierende Aufzählung der Anwendung habe ich hier verzichtet.

Literatur beim Verfasser. Die sechste Folge dieser Reihe wird sich mit den Pappeln beschäftigen, die zu den Weidengewächsen zählen. Dennoch widme ich den Pappeln einen eigenen Beitrag, bevor ich Ihnen im Anschluss daran die Weiden vorstelle.

© 2001 by Jörg Pantel