Ressort: Gesundheit

Die Birke - anmutig, schlank, elegant

Die unbändige Lebenskraft des Baumes.

Leverkusen, 23.06.2018, 16:19 Uhr

GDN - Die Birke ist nicht nur eine Zierpflanze, sondern findet auch Verwendung in der Naturheilkunde und Kosmetik. Seit nachweislich 50 000 Jahren wird schon das Birkenpech für die Herstellung von Kunststoff genutzt. Was steckt hinter der grazilen Erscheinung der Birke?

Die Birke ist unverkennbar mit seiner schwarz weißen Rinde und dem grazilen Stamm. Die Birke ist lichthungrig, und man findet sie überall dort, wo es anderen Bäumen zu feucht, zu sauer und zu nährstoffarm ist. Darum hat der Baum gegenüber anderen Gehölzen kaum Konkurrenz. Allerdings wird die Birke nur bis zu 120 Jahre alt, und leider wird sie von Allergikern, wegen der Birkenpollen gemieden.

Die Heilstoffe der Birke

Aus der Birke kann durch das Anzapfen des Stammes Birkensaft gewonnen werden. Verwendet werden jedoch meist die Blätter und die Knospen. Die Blätter, zumindest der meisten Birkenarten, enthalten Flavonoide, Saponine, Gerbstoffe, ätherische Öle und Vitamin C. Aber auch die Rinde hat einiges zu bieten: wie Phytosterine und Terpene. Dies sind alles Stoffe, die in der Naturheilkunde einen großen Nutzen finden. Flavonoide beispielsweise können gefäßschützend sein. Saponinen sagen Experten eine hormonstimulierende und entzündungshemmende Eigenschaft nach. Terpene wie zum Beispiel Betulin werden in der Forschung von Malaria, HIV und Tumoren untersucht.

Experten wissen heute, dass die Birke unter anderem bei Gicht, Koliken, Nierensteinen und Hautunreinheiten unterstützend einwirken können. Aber auch die Psyche hat eine ganze Menge von dem Heilbaum. Geht man in die Natur hinaus, zaubert ein Birkenwald eine ganz besondere Stimmung. Schon im Schamanismus wird die Birke als "Hüter der Pforte" gefeiert. Die Mythologie zeigt auf, dass die Germanen dem Birkensaft eine schönheitsbringende Kraft zuschreiben. Hildegard von Bingen nannte die Birke einen Glücksbaum. Auch sie nutzte den Baum zur Behandlung verschiedener Erkrankungen, um zum Beispiel den Stoffwechsel anzuregen.

Alles an der Birke kann als Heilmittel gewonnen werden: die Knospen, die Blätter, die Rinde. Doch zeigt die übermäßige Nutzung des wunderschönen Gehölzes auf, dass es der Birke nicht guttut. Vor allen Dingen wird häufig Birkensaft gewonnen. Dafür ist es notwendig, den Stamm anzuzapfen. Dadurch wird der Baum geschädigt. Wie eine offene Wunde bei einem Menschen infektiös werden kann, kann auch der Baumstamm Infektionen bekommen. Die Birke bietet genug andere Möglichkeiten wie die Nutzung der Blätter oder Knospen. Gehen wir sorgsam mit der Natur um, werden wir lange etwas von ihr haben.

Bericht online:
https://www.germandailynews.com/bericht-108010/die-birke-anmutig-schlank-elegant.html

Redaktion und Veranwortlichkeit:
V.i.S.d.P. und gem. § 6 MDStV: Iris Gödecker

Haftungsausschluss:
Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich. Iris Gödecker

Editorial program service of General News Agency:
United Press Association, Inc.
3651 Lindell Road, Suite D168
Las Vegas, NV 89103, USA
(702) 943.0321 Local
(702) 943.0233 Facsimile
info@unitedpressassociation.org
info@gna24.com
www.gna24.com