



Aus dem SHI Garten

Ilex aquifolium

Martine Cachin Jus, Dipl. Hom. SHI

Die Stechpalme wird auch als Hülse, Hülskrabbe, Stecheiche, Stechholder, Stechhülse, Stechlaub oder Walddistel bezeichnet. Der immergrüne Strauch oder Baum erreicht eine Höhe von 1 - 10 m. Die grünen dornigen Blätter sind glänzend. Die weissen Blüten sind achselständig, die Früchte rot und kugelig. Der Baum blüht in Mai-Juli und trägt die sehr dekorativen Früchte durch Herbst und Winter hindurch.

Vorkommen

Die Pflanze ist in Japan, Nordamerika und in Mitteleuropa heimisch. Vor allem im Mittelmeergebiet ist die Pflanze häufig anzutreffen. Bei uns findet man die Stechpalme vor allem in unseren Wäldern, leider ist sie aber nicht mehr häufig anzutreffen. Ihr natürliches Vorkommen ist in vielen Gegenden zurückgegangen und sie steht bei uns unter Naturschutz. In den Alpen kommt sie bis in Höhen

von 1200 m vor. Als Zierstrauch wird die Stechpalme in Gärten, Anlagen und Friedhöfen angepflanzt.

Wert für Tiere

Blüten: Nektar für Wildbienen; Früchte: Nahrung für Vögel; gute Deckungspflanze für Vögel und Säugetiere

Wirkstoffe

In den Blättern und Blüten sind die Hauptwirkstoffe: das Alkaloid Theobromin, Farbstoffe, Triterpene, wie die Urolsäure, ein Glykosid mit den Eigenschaften von Saponinen, .

Giftigkeit

Die Beeren und Blätter sind stark giftig. Beim Verzehr von bis zu fünf Beeren ist in der Regel ausser reichlicher Flüssigkeitszufuhr keine weitere Therapie erforderlich. Die Pflanze ist in den Statistiken der Giftnotrufzentra-



len relativ häufig Gegenstand einer Beratung. Tödliche Vergiftungen bei Kindern sind nach der Aufnahme von 20 bis 30 Beeren bekannt. Die Inhaltsstoffe haben eine harntreibende Wirkung. Erbrechen, heftige Durchfälle, sind weitere Anzeichen. Der vergiftete Patient zeigt Lähmungen, Herzrhythmusstörungen und ist schläfrig. Klinisch ist eine Nierenentzündung erkennbar.

Als Hausschmuck

Die Stechpalme wird gebraucht, um unsere Häuser in der Adventszeit zu dekorieren. Grün ist das Symbol der Hoffnung. Rot soll auf das Blut Christi hinweisen. In diesem Sinne symbolisiert die Kombination beider Farben übernatürliche Hoffnung. Rot und Grün sind während der Advents- und Weihnachtszeit auch deshalb sehr beliebt, weil sie als Komplementärfarben für das Auge angenehm anzuschauen sind.

Bereits bei den alten Römern soll die Stechpalme für Glück und Gesundheit gesorgt haben. Doch schon lange bevor die Römer die Britischen Inseln eroberten, sammelten die Kelten die Beeren tragenden Zweige, um ihre Wohnstätten damit zu schmücken und darin Geistern, Feen und guten Walddämonen in der Kälte ein Heim zu geben. Sie schrieben der Pflanze besondere Kräfte zu und versprachen sich von ihr Schutz gegen Blitze, bösen Zauber und Verwünschungen.

Ein Ersatz für Palmenzweige

Am Palmsonntag wird an den Einzug Jesu in Jerusalem gedacht. Zu diesem christlichen Feiertag werden in der gemässigten Klimazone mangels echter Palmen Zweige von immergrünen Pflanzen (Weiden, Buchsbaum, Stechpalme) als Palm geweiht. Von dieser Tradition lässt sich der Namens teil «Palme» ableiten.

Verwendung

Ihr weisses, hartes Holz, das Kunstschreiner früher für Einlegearbeiten verwendeten, ist ausserordentlich lange haltbar und wird kaum von Holzschädlingen befallen.

Es wurde manchmal auch zu Spazierstöcken verarbeitet, der berühmteste





davon ist sicher Goethes Spazierstock, der noch immer im Goethehaus in Weimar steht. In der Feintischlerei diente es als Ebenholzersatz, da es dunkle Lacke sehr gut annimmt.

In der Pflanzenheilkunde

Sträucher können bis zu fünfzehn Meter gross und dreihundert Jahre alt werden. Die Lebenskraft, die in wintergrünen Gewächsen steckt, wurde oft auch als Heilkraft gedeutet. In der Naturheilkunde wird die Stechpalme kaum noch angewendet. Ihre Blätter wirken harntreibend, abführend und fiebersenkend. Deshalb wurde sie bei Fieber, Rheumatismus und Gelbsucht verwendet. Die giftigen Früchte wurden früher gegen Verstopfung und Epilepsie verwendet. Die gerösteten Samen dienten als Kaffee-Ersatz. Von Selbst- und Therapieversuchen soll wegen der Giftigkeit der Pflanze jedoch dringend abgeraten werden!

Bachblüten

Ilex aquifolium hat einen festen Platz unter den Bachblüten und wird als Nr. 15 «Holly» benannt. Es soll die Essenz der Liebe sein und u.a. Wut und Ärger beruhigen. Dr. Bach schrieb dazu «Für jene, die manchmal von Gedanken wie Eifersucht, Neid, Rachsucht oder Verdächtigung heimgesucht werden. Für die verschiedenen Formen von Ärger und Verdross. Diese Menschen leiden häufig sehr stark, obwohl es oft

für ihr Unglücklichsein keinen echten Grund gibt.»

Berühmter Vetter

Aus *Ilex paraguayensis* wird der Mate-Tee hergestellt. «Mate-Tee» klingt für viele Europäer noch fremd. Andere haben ihn vielleicht gerade neu für sich entdeckt. Dabei hat der grünliche Aufguss aus den Blättern einer Stechpalme in anderen Regionen der Erde schon eine sehr lange Tradition. So z.B. in Südamerika, das man hierzulande zuallererst mit Kaffee assoziieren würde. Dort steht aber der Mate-Tee und eben nicht Kaffee ganz oben auf der Getränkeliste. Mate ist selbst ein hervorragender Lieferant des aufputschenden Koffeins und dabei wesentlich verträglicher als Kaffee. Dazu enthält Mate noch viele Mineralstoffe, Spurenelemente und Vitamine. Wie in frühester Zeit wird Mate auch heute noch von den südamerikanischen Arbeitern als «Zaubertrank» gegen körperliche und geistige Ermüdung, Hitze und Hunger benutzt. Der «Trank der Götter» oder das «grüne Gold der Indios» sind seine Beinamen.

Ilex aquifolium in der Homöopathie

Tinktur:

- wird aus den frischen Blättern, Beeren und jungen Trieben hergestellt.



HAMP:

Meines Wissens wurde keine homöopathische Prüfung durchgeführt. Die Verschreibung basiert auf klinischen Erfahrungen. Es ist ein wenig bekanntes und selten angewandtes Mittel mit ausgeprägter Wirkung auf die Augen.

Indikationen / Symptome:

- Augenerkrankungen, Staphyloom, Infiltration der Hornhaut, starkes Brennen der Augen nachts, rheumatische Augenbeschwerden
- Durchfall, Gelbsucht, Milzschmerzen
- intermittierendes Fieber
- John Henry Clarke schreibt, die Blätter dieser Pflanze hätten den gleichen Ruf bei der Behandlung intermittierender Fieber wie China.
- Cooper´s Keynote dieses Mittels war: Verbesserung aller Symptome im Winter.

www.gifte.de

www.tee.org

Clarke, John Henry, Praktische Materia Medica

Boericke, William, Handbuch der homöopathischen Materia Medica

www.schulgarten.ch

www.phyto-lexikon.de

