

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 53 (1996)  
**Heft:** 8: Ein Virus namens Herpes

**Artikel:** Anmutige Nymphen  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-558195>

#### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

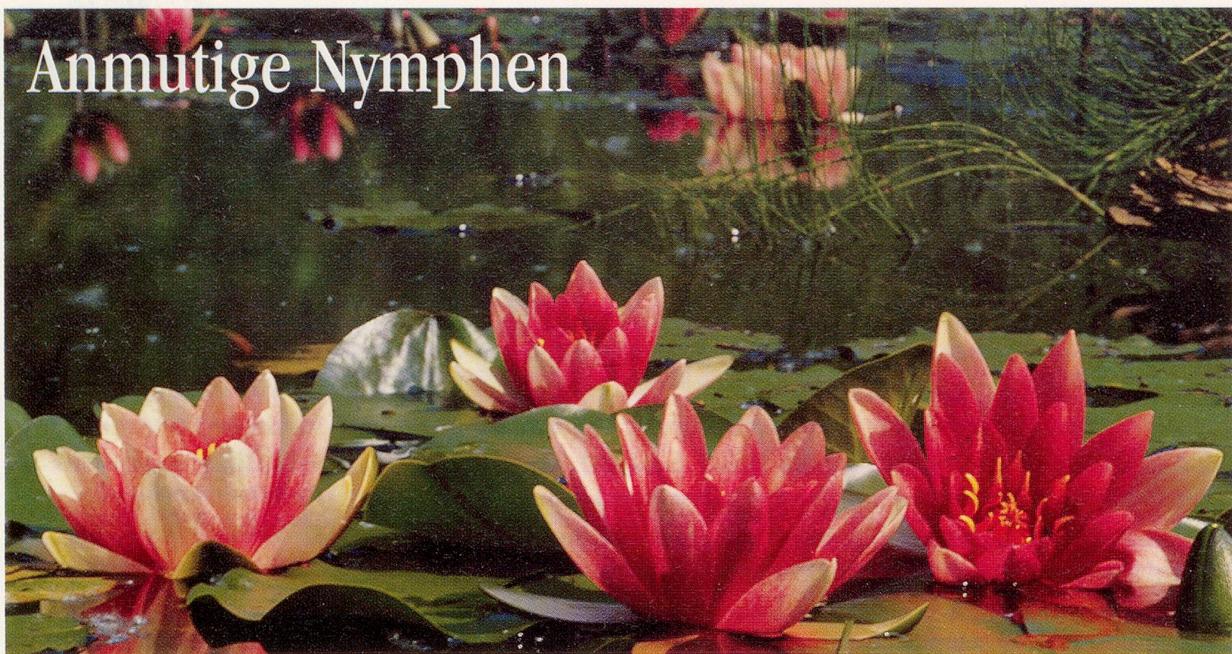
#### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 23.02.2026

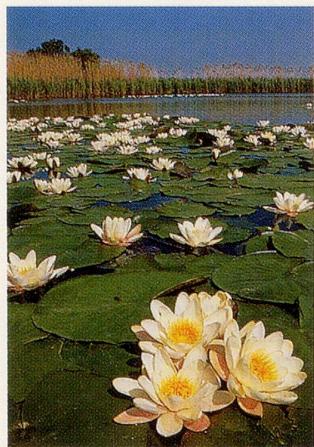
**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Anmutige Nymphen



Wenn glänzend-grüne Blätter, gross wie Teller, und zarte Blütensterne den Wasserspiegel erobern und sich zu einem sanft wiegenden Teppich ausbreiten, dann liegt über jedem Teich ein ganz besonderer Zauber. Den Namen *Nymphaea* haben die Seerosengewächse von den griechischen Wassergöttinnen, den Hüterinnen von Brunnen, Quellen, Flüssen und Meeren.

«Wassernixen» lieben die Ruhe. Seen und Teiche, Gewässer mit geringer Strömung sind ihre Lieblingsorte. Mit sprudelnden Quell einflüssen oder Springbrunnen als Nachbarn fühlen sie sich unbehaglich. Sobald das Wasser im Frühling wärmer wird, treiben die ersten Schwimmblätter aus. Ein langer Stiel trägt das wachsüberzogene, noch eingerollte Blatt nach oben, wo es sich flach auf die Wasseroberfläche legt. Nachdem einige Blätter ausgebildet sind, kommt die erste Knospe zum Vorschein. Ob und wann sich die Blüten öffnen, hängt stärker von der Wärme des Wassers als von der Lufttemperatur ab. Manche Seerosen sind Frühaufsteher und blinzeln schon morgens in die Sonne, andere Sorten blühen erst gegen Mittag auf und schliessen die weissen oder farbigen Blütenblätter am Spätnachmittag wieder – aber alle Seerosen lieben das Licht und brauchen mindestens einen halben Tag Sonne, sonst ziehen sie sich beleidigt zurück.



Die wildwachsende, einheimische Weisse Seerose, *Nymphaea alba*, steht unter Naturschutz.

Die Heimat der meisten Seerosenarten sind die Tropen. Die Lotosblüte, eine nahe Verwandte, spielt in der Kunst und Kultur Asiens und Vorderasiens eine grosse Rolle. In unseren Gewässern wachsen vor allem die weissen Spielarten wild, z.B. die *Nymphaea alba* oder die etwas kleinere *Nymphaea candida*, die sogar noch kühlere Temperaturen verträgt und vorwiegend im Osten und Norden Europas heimisch ist.

## **Wasserlilienwurzeln und Enthaltsamkeit**

Die Wurzeln der Wasserrose, die stärkehaltigen Rhizome (Speicherwurzeln) brauchen schweren, lehmhaltigen Boden, um sich im Wasser festzuhalten und ernähren zu können. Blätter und die anmutigen Blüten der Weissen Seerose lassen kaum erahnen, dass sie durch unglaublich zähe Stiele und fleischige, dicke Wurzeln in einer Tiefe von etwa zwei Metern im Schlick fest verankert sind. In seenreichen oder moorigen Gebieten mit ausgedehntem Seerosenbestand wurden früher, manchmal unter Lebensgefahr, die Rhizome «geerntet», wenn das Viehfutter knapp war. Heute sind Seerosen in freier «Wildbahn» seltener geworden, denn saurer Regen und Gewässerverschmutzung gefährden den Bestand. Seit die heimischen Wasserlilien geschützt sind, dürfte auch die Medizin aus ihren Wurzeln und Blüten schwer erhältlich sein. In Kräuterbüchern und Medizin-Lexika der vergangenen Jahrhunderte wurde ihre adstringierende und schmerzlindernde Wirkung beschrieben, doch zumeist wurde sie als Anti-Aphrodisiakum genutzt, weil sie schon den Römern bei «erotischer Schlaflosigkeit» half und ägyptischen Einsiedlern die Härte des Zölibats erleichterte.

## **Von Juni bis September ein Blütenmeer**

Für das Biotop des Hobbygärtners finden sich Seerosen in allen Variationen. Bei der Auswahl muss man Rücksicht nehmen auf das Klima (weisse Sorten sind robuster, gelbe brauchen viel Wärme etc.), die Wassertiefe (der kleinsten Zwergsorte reichen schon zehn Zentimeter, andere wurzeln wesentlich tiefer) und auf den Platzbedarf (zwischen 0,2 und zehn Quadratmeter). Zu bevorzugen sind in jedem Fall winterharte Sorten, denn das alljährliche Ausgraben und Überwintern ist nicht nur mühselig, sondern schadet auch den Pflanzen. Pflanzt man Seerosen mit Topfballen vom Frühjahr (Wasser nicht unter 15 Grad) bis in den Sommer, überstehen sie sogar das Zufrieren des Teichs. Pflanzbehälter und Körbe bremsen das Wachstum, können aber nützlich sein, um junge, noch nicht voll entwickelte Pflanzen zunächst in wärmeres Wasser und erst später an den endgültigen (tieferen) Standort zu setzen.

• IZR



Auf dem Wasser liegend oder darüber throndend – Seerosen gibt es in einer Fülle von Sorten (ca. 150), mit verschieden geformten und gefärbten Blättern und Blüten in Weiss, Rosa bis Karminrot, Hellgelb bis Kupfer. Zwergarten haben Blüten in der Grösse eines Knopfes, Giganten in Neuguinea tragen blaue, duftende Blüten mit einem Durchmesser von 30 Zentimetern.