

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 56 (1999)
Heft: 2: Eine scharfe Sache : Pfeffer

Artikel: Zypresse
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-557598>

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: 22.02.2026

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

Zypresse

Cupressus sempervirens L. lautet der botanische Name der Zypresse – dem neben Ölbaum und Pinie wohl charakteristischsten Baum des Mittelmeerraumes. Zur Gattung *Cupressus* gehören 15 bis 20 immergrüne Arten, und seine Familie, die der Zypressengewächse, besteht aus insgesamt 19 Gattungen und 130 Arten. Das reicht locker aus, um auf allen Kontinenten präsent zu sein.



Der 20 und mehr Meter hohe Baum mit seiner schlanken, säulenförmigen, lang zugespitzten oder aber weit ausladenden Krone besitzt meist bis zum Grund Äste. Weitere Kennzeichen: Schuppenförmige, dunkelgrüne Blätter und im Frühjahr hellgelbe Blütenstän-



de, aus denen sich die knapp haselnussgrossen Früchte entwickeln.

Verwechslungsgefahr besteht mit der Scheinzypresse, doch Kenner wissen: Die Zypresse erkennt man an den aufrechten Gipfeltrieben, den gerundeten, niemals in einer Ebene abgeflachten Zweigen und an den viel grösseren Zapfen. Davon, dass die Zypresse ihr Blätterkleid das ganze Jahr über anbehält, spricht ihr zweiter lateinischer Name: «semper-virens», «immergrün».

Vorkommen

Zypressen stammen ursprünglich aus dem östlichen Mittelmeergebiet: aus dem Nordiran, aus Syrien, Zypern und Kreta. Schon im Altertum gelangten sie nach Italien, und heute kann man sich die sanft coupierten Hügel der Toskana ohne diesen Baum gar nicht mehr vorstellen. Die hier kultivierte Säulenzyppresse ist übrigens zierlicher als die Wildform. Diese, die Horizontalzyppresse, kann 400 Jahre alt werden und besitzt schräg aufsteigende, waagrecht ausgerichtete Äste.



Geschichtliches

Helles Licht, emporstrebende Flamme auf der einen, tiefe Trauer, Düsternis und Dunkelheit auf der anderen Seite - in Sagen und Legenden symbolisiert die Zypresse stets beide Pole: das Leben und den Tod. Die Verehrung der Zypresse dürfte auf die grosse Erscheinung und das enorme Alter antiker Bäume (bis 3000 Jahre) sowie auf den hohen praktischen Wert

zurückgehen: Holz und Blätter sind ausserordentlich wohlriechend, das Holz zudem mittelschwer bis schwer, sehr fest und dauerhaft. Noch heute ist es nicht ungewöhnlich, wenn im Mittelmeergebiet Zypressen die Friedhöfe säumen. Wohl auch einige Hoffnung in die Nachwelt setzt Heinrich Heine im «Buch der Lieder», wenn er schreibt:

*Mit Rosen, Zypressen und Flittergold
Möcht' ich verzieren, lieblich und hold,
Dies Buch wie einen Totenschrein,
Und sargen meine Lieder hinein.*

Doch nicht nur für literarische und reale Sarkophage wurde und wird Zypressenholz gebraucht, sondern auch für reale und literarische Häuser, Fenster und Möbel. Odysseus, der erste Held des Abendlandes, soll das Zypressenholz zum Bau seiner Wohnstätte in Ithaka verwendet haben (er begab sich dann aber bekanntlich einige Zeit auf eine abenteuerliche Reise - was allerdings mit Zypressen nichts zu tun hatte).

Heilkräfte

Bekannt ist Oleum Cupressi, das angenehm riechende ätherische Öl der Blätter und jungen Zweige. Es wird für Inhalationen bei Husten (Keuchhusten), Einreibungen bei Bindegewebsschwächen, Muskelkater, Menstruationskrämpfe sowie in der Parfümerie und Kosmetik verwendet. Dass die Zypresse vor allem in den Mittelmeirländern volksheilkundlich populär war bzw. ist, verwundert nicht. René A. Strassmann schreibt dazu in seinem Buch «Baumheilkunde»: «Plinius und Dioscurides empfehlen die Blätter bei Harnbeschwerden und Wunden, die Nüsse bei Wolf, Blutspeien, altem Husten, die Rinde gegen Nierenstein und ein Pflaster, aus den Blättern und Nüssen bereitet, bei völliger Ermattung des Körpers». Von einer Selbstmedikation wird, was innerliche Anwendung angeht, abgeraten. Schwangere sollten Zypressenöl gar nicht benutzen.

• CU