Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 56 (1999)
Heft: 8: 70 Jahre GN : ein Blick zurück, ein Fest und neue Ziele

Artikel: Eiche
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-558161

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: 08.08.2025

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

Eiche

Stärke, Macht, Unsterblichkeit – die Eiche versinnbildlicht sie wie kein zweiter Baum. Die Griechen widmeten sie Gottvater Zeus, die Germanen dem Gewittergott Donar, und in der Gotik symbolisierte sie die Stärke Christi. Ihr Holz ist legendär: Nur das der Lärche besitzt eine vergleichbare Widerstandskraft und Härte. Weltweit besitzt die zu den Buchengewächsen gehörende Gattung 600 Arten, in Europa kommen deren 25, in Mitteleuropa deren drei vor.

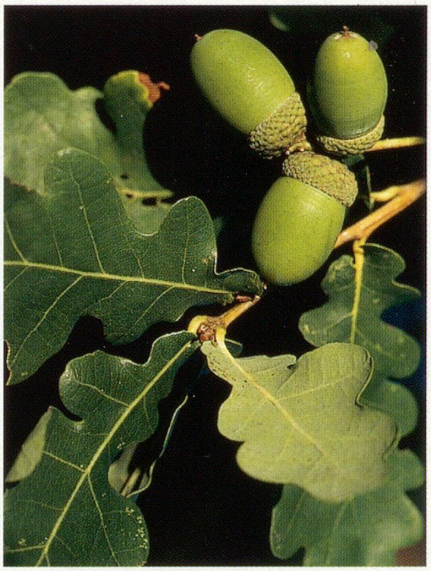
Früher bedeckten die 40 bis 50 Meter grosse Sommer- oder Stiel-Eiche *(lat. Quercus robur)*, die Winter- oder Trauben-Eiche *(Q. petraea)* und die Flaum-Eiche *(Q. pubescens)* weite Teile Mitteleuropas. Heute erinnern noch viele Orts- und Flurnamen an diese einst mächtigen Eichenwälder. Zwar ist die Eiche bei uns immer noch ein wichtiges und häufiges Laubgehölz, doch in geschlossenen Beständen trifft man sie nur mehr recht selten an. Die letzten grossen europäischen Eichenwälder verschwanden im 19. Jahrhundert als Schwellen für Eisenbahnschienen. Zum Glück haben einige der altehrwürdigen Eichen den «Schwellen des Fortschritts» erfolgreich getrotzt – so etwa die älteste und bekannteste Eiche des Juras, die tausendjährige *«Chêne des Bosses»* in Châtillon, die einen stolzen Stammdurchmesser von 2,5 Meter und einen Umfang von 8,4 Meter besitzt.

Vorkommen

Die Sommereiche bevorzugt in Europa Niederungen und Täler, die Wintereiche liebt eher höhere Lagen und soll in den Südalpen sogar bis auf 1600 Meter wachsen. Beide Arten benötigen nährstoffreiche, lockere, kalkhaltige bis mässig saure Lehmböden sowie lockere Stein- und humusreiche Sandböden.

Die Eiche, der deutsche Baum schlechthin, kommt nur in drei Arten in Mitteleuropa vor. Das erstaunt zunächst. Doch so ist es. Die Zerr-Eiche *(Quercus cerris)*, die mögliche vierte im Bunde, gehört zu Südeuropa und wurde in Mittel- und Nordeuropa, namentlich in England, lediglich eingebürgert.

Kätzchen der Persische Eiche.



Geschichtliches

In vorchristlicher Zeit war der Kult um die Eiche in ganz Europa verbreitet. Der Baum der Nützlichkeit, der Mächtigkeit und des Alters – all das symbolisiert die Eiche – war stets der klassische Baum der höchsten Gottheiten. Für die Römer waren die Eichen «Germaniens Zeitgenossen des Ursprungs der Welt» und galten als «fast unsterblich». Im Alten Testament spricht Gott aus Eichen zu Propheten und religiösen Führern (wie z.B. Abraham).

Auch in praktischer Hinsicht waren Eichen stets die «brauchbarsten» Bäume, sowohl als Speise der Menschen (Eicheln) wie auch als Viehfutter. Das Eichenholz ist fest und elastisch und wird vielerorts als Bauholz begehrt. Es eignet sich insbesondere für den Brücken- und Schiffsbau, für Furniere, Treppenstufen und Parkettböden.

Porträt einer Tausendjährigen: Chêne des bosses in Châtillon (JU).

Foto: Erika von Känel, Châtillon

Heilkräfte

Heilwirkungen besitzen die Rinde, die Blätter sowie die Früchte der Eiche bzw. deren gerbstoffhaltige Inhaltsstoffe. Bekannt sind zwei Verwendungen: die der Früchte, der Eicheln, als Kaffee-Ersatz sowie die des leicht stopfenden, entzündungshemmenden Tees der Eichenrinde. Lange Zeit wurde der Rindentee bei entzündlichen Erkrankungen der Magen- und Darmschleimhäute und anderen Erkrankungen angewandt. Heute muss die Empfehlung klar dahin gehen, die innerliche Anwendung der stark reizenden Eichenrinde zu unterlassen. Was dem Menschen zuviel ist, ist aber dem Vieh gerade recht: Eichenrindentee wird ihm gegen Wurmkoliken und Durchfall sowie bösartiges Drüsen- und Nervenfieber verabreicht.

Äusserlich kann man die Rinde bei entzündlichen Hauterkrankungen als Sitz- und Fussbad, Umschlag oder Waschung verwenden (Ausnahmen: nässende Ekzeme sowie fieberhafte und infektiöse Erkrankungen). Auch bei Weissflusskrankheiten soll ein Sitzbad aus Rinden helfen.

Eicheln-Kaffee: Eicheln, die von selbst von den Bäumen fallen, sammeln, Kerne schälen, in Stückchen der Grösse von Kaffeebohnen schneiden und über einem nicht zu heissem Feuer rösten, bis sie braun sind. Die Eicheln nicht mahlen, sondern zu grobem Pulver zerstossen. Pulver mit heissem Wasser aufsetzen, etwa 10 Minuten kochen. Danach abseihen, süssen und am Schluss etwas Milch dazugeben. • CU