Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 56 (1999)
Heft: 11: (Freuden-)Tränen wert : Zwiebeln

Artikel: Lärche
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-558383

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: 06.02.2026

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

Lärche

Wenn die Sonne an einem schönen Herbsttag einen Lärchenwald durchflutet, dann entfaltet sich ein herrliches Naturschauspiel. Es ist, als ob die goldgelb leuchtenden Nadeln noch einmal ihre ganze Pracht zeigen würden – um dann zu vergehen. Und in der Tat: als einziger Nadelbaum verliert die Lärche im Laufe des Winters ihre Nadeln. Doch schon im nächsten Frühjahr zeigt sich die Lortanne wieder mit einem neuen Nadelgewand.

Wie die Kiefer und die Weiss-Tanne gehört die Lärche zu den Kieferngewächsen. Der Baum wird 35 bis 40 Meter hoch und besitzt eine schöne, ebenmässig lichte Krone. Die Gattung Larix umfasst 10 bis 12 Arten, eine davon ist *Larix decidua*, die Europäische Lärche. Sie besitzt eine Reihe von Unterarten, die nicht einfach zu unterscheiden sind. Es handelt sich um die Alpen-, Sudeten-, Karpaten-, Polen- und, etwas entfernter, um die Sibirische Lärche.

Im April/Mai entwickeln sich die roten weiblichen Blütenstände der Lärche. Sie riechen sehr angenehm und herb frisch. Aus ihnen entstehen die kleinen Zapfen. Wie diejenigen von Fichte und Kiefer, führen auch sie *hygroskopische* Bewegungen aus. Das heisst: Bei trockener Witterung öffnen und bei feuchtem Wetter schliessen sie sich. Auf diese Weise drücken sie im Laufe von Spätherbst und Winter laufend ihre Samen heraus.

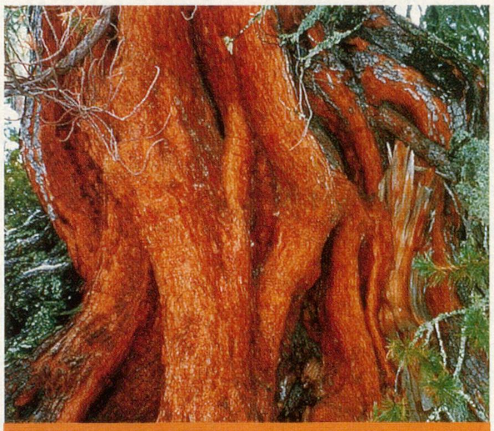
Vorkommen

Die Europäische Lärche findet man, wie der Name schon sagt, in Europa – und zwar je nach Unterart im entsprechenden Land bzw. Areal. Hier wachsen dann oft die typischen Reinbestände, die in den Bergregionen die Waldgrenze bilden. In den lichten Bergwäldern, den Lärchenwiesen, entstehen unter den Bäumen die krautigen Alpweiden, die das Vieh liebt. Daneben trifft man Larix-Arten, auch zusammen mit anderen Nadelbäumen, bis hinunter ins Flachland. Sie benötigen viel Sonne, bevorzugen nährstoffreiche, lehmig-tonige, aber auch sandige, mittel- bis tiefgründige Böden. Mit klimatischen Extremen kommen sie gut zurecht. Grosse Temperaturschwankungen (bis –40 Grad C) vertragen sie so problemlos wie saure Böden und ausgeprägte Niederschläge bzw. Trockenheiten.

Zapfen einer Europäischen Lärche

Geschichtliches

Die Lärche gilt als der «vergeistigste» unter den Nadelbäumen – was angesichts seiner Zartgliedrigkeit sofort einleuchtet. In diesem Baum wohnen, heisst es, den Menschen freundlich gesinnte Waldfeen und Elfen. Mehr als in Religionsgeschichte und Mythologie spielt Larix in der Mykologie (Pilzkunde) eine gewisse Rolle. Die Rede ist vom *Lärchenschwamm* oder *-porling*. Dieser auf dem Baum wachsende Pilz ist einer der ältesten Schwämme und wurde im Mittelalter, und an manchen Orten noch länger, als Heilmittel eingesetzt (s. nebenan). So vergeistigt die Lärche ist, so fest und dauerhaft ist das Holz dieses Baumes. Aufgrund dieser Eigenschaften eignet es sich gut für Fussböden, Fenster sowie Wand- und Deckenverkleidungen, daneben auch im Schiffs- und Wasserbau.



Wurzel einer Lärche im Engadin.

Heilkräfte

Schon Hippokrates und Plinius berichteten über die Lärche und lobten insbesondere die Lärchensalbe. Zu Recht, denn diese wirkt erfahrungsgemäss bei einer ganzen Reihe von Leiden lindernd, so etwa bei Gicht und Rheuma, Neuralgien, Hexenschuss, Erkältungskrankheiten sowie Durchblutungsstörungen. Offizinell, d.h. als Heilmittel anerkannt, ist das Terpentin der Lärche – man kennt es unter dem Namen «Venetianisches Terpentin» *(lat. Terebinthina veneta).* Wie die Salbe wird das Terpentin aus dem Lärchenharz gewonnen. Es enthält bis zu 20 Prozent ätherisches Öl und über 50 Prozent Harzsäuren.

Tipp: Bei Erkältung 10 – 20 Tropfen Terpentin in Wasser zum Kochen bringen und bei Katarrhen der Luftwege inhalieren.

Wohltuend und lindernd bei Husten, Rachenkatarrh, Heiserkeit und rauhem Hals und für Kinder sehr gut geeignet sind die *Usneasan Lutschtabletten von A. Vogel* (in D: Usnetten). Sie enthalten neben Lärchen- und Föhrentriebspitzen auch Süssholz, Veilchenwurzel, isländisches Moos, Bartflechte *(lat. Usnea barbata)* sowie Spitzwegerich.

Tipp: Für ein entspannendes, zitronenartig frisch duftendes Vollbad ein Kilo Lärchennadeln in 10 l Wasser kochen, abseihen und dem Badewasser beifügen.

Der erwähnte Lärchenschwamm war im Mittelalter ein berühmtes Lebenselixier. Jedoch: Nicht alles, was im Mittelalter berühmt war, ist Jahr-2000-tauglich. Zugegeben: Das Pulver befreit Magen und Brust von Schleim. Doch wer seine Därme nicht wie nasse Leintücher ausgewrungen haben will, sollte auf dieses radikale Abführmittel verzichten. • CU