Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 56 (1999)
Heft: 12: Tischlein deck' dich : festliche Schlemmereien

Artikel: Weiss-Tanne
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-558414

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

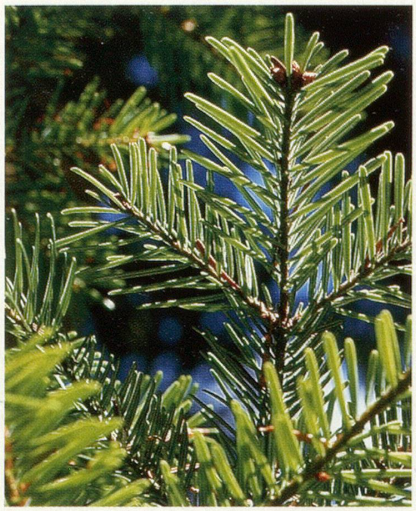
Weiss-Tanne

Gegenüber der Fichte (Rottanne) unterscheidet sie sich durch die aufrecht stehenden Zapfen. Sie besitzt einen weisslich-silbrigen Schimmer an der Unterseite der Nadeln und wächst kerzengerade empor. Überall dort, wo die Frostperiode kürzer als drei Monate ist, gedeiht die Weiss-Tanne, und überall dort, wo die Luftverschmutzung ein bestimmtes Ausmass erreicht, reagiert der Baum, der unsere Wälder markant prägt, sehr empfindlich.

40 Arten umfasst die Gattung *Abies* weltweit. Neben der europäischen Weiss-Tanne *(lat. Abies alba)* gehören namentlich die Griechische, die Colorado, die Korea und die in Nordamerika wachsende Riesentanne zur «Sippe». Weiss-Tannen können sehr alt und gross werden. Belegt sind Bäume mit einem Alter von 500 bis 600 Jahren und einer Grösse von 68 Metern (Stammumfang 3,80 Meter). Doch bereits mit der normalen Grösse von immerhin bis 60 Metern wächst die «Edeltann» mit den grössten einheimischen Bäumen um die Wette. Der Taxbaum, wie die Weiss-Tanne auch genannt wird, besitzt eine kegelförmige, im Alter etwas gerundete, sogenannte Storchennestkrone. Je älter der Baum wird, desto dünner, hellbrauner und silbergrau bis weisslich wird die Schuppenborke. Freistehend ist er bis fast zum Grund beastet.

Vorkommen

Die zu den Kieferngewächsen *(Pinaceae)* gehörende Weiss-Tanne ist einer der typischen europäischen Waldbäume, die bei uns, insbesondere im Alpenraum und im Jura, die Landschaft und die Wälder prägen. Die grössten Vorkommen findet man in den Pyrenäen, in Zentralfrankreich, in den Vogesen und im Schwarzwald auf Höhen zwischen 400 und 1000, in Ausnahmefällen sogar bis 2000 Metern über Meer. Am besten wächst die immergrüne Weiss-Tanne in sommerwarmem, niederschlagsreichem Klima, je nach dem als Reinbestand, im Tannen-Buchen-Mischwald oder zusammen mit Fichten, Buchen oder Wald-Kiefern. – Eine der Hauptursachen für das seit einigen Jahrzehnten beobachtete Tannensterben ist die Luftverschmutzung. Die Weiss-Tanne ist dagegen, anders als viele andere Bäume, äusserst empfindlich (und deshalb ein sehr wichtiger Indikator für die Qualität der Luft).



Geschichtliches

Manche Forscher glauben, Noah habe seine Arche aus dem Holz der Tanne gezimmert (andere meinen hingegen, das berühmteste aller Rettungsboote sei aus Fichten-, Zedern- oder Wacholderholz erbaut worden). Abgesehen davon besitzt die Tanne bei uns religions- und mythengeschichtlich keine grosse Bedeutung. Anders bei den Kulturen zwischen Kaukasus, Altai und Sibirien: Dort gehört sie zusammen mit der Birke zu den heiligen oder «Tabu-Bäumen», an und mit denen Initiationsriten vollzogen werden und in denen auch die Seelen der Toten wohnen.

In unserem Kulturkreis, im Althochdeutschen, bezeichnete der Ausdruck «tanna» «Wald». Abies taucht erstmals in den Schriften des römischen Historikers Plinius auf. Das Epitheton «alba» (= weiss) bezieht sich auf die Rinde und das Holz – ein Holz, das als ausgezeichnetes Resonanzholz für Musikinstrumente gilt und als Bau- und Konstruktionsholz verwendet wurde und heute noch wird.

Heilkräfte

Die Heilkräfte der Tanne sind mit denjenigen der Fichte praktisch identisch (s. GN 1/99). Von beiden sammelt man während der Blütezeit im Mai die jungen Knospen (das Sammeln ist allerdings an den meisten Orten verboten). Aus den jungen Knospen bzw. Triebspitzen und Nadeln (von Weiss- und Rottanne, Kiefer und Lärche) lässt sich ein «Tannenwipfeltee» herstellen. Sprossen mit heissem Wasser überbrühen, 10 Minuten ziehen lassen, abseihen und mit Zugabe von etwas Honig trinken. Der Tannenwipfeltee soll ein ausgezeichnetes Mittel gegen Frühjahrsmüdigkeit, Husten, grippale Infekte sowie gegen Blasenkatarrh sein. Bei Erkältungen sowie zur Nervenstärkung soll ein Tannennadelbad sehr gut sein. Dazu kann man einfach den Tannenwipfeltee ins Badewasser giessen. Pauline Felder führt in ihrem Büchlein *«Von der Heilkraft unserer Bäume»* folgendes Rezept an: «Man kann auch frische Tannenzweige in einem Topf voll Wasser 20 Minuten lang kochen, den Topf vom Herd nehmen, sich davorsetzen, ein Tuch über den Kopf nehmen und die Dämpfe einatmen.»

Lungenpatienten empfahl Pfarrer Kneipp, grüne Tannenzapfen zu zerschneiden und in einer zugedeckten Pfanne voll Wasser etwa 10 Minuten zu kochen. Danach abseihen und mit dem Absud zwei- bis dreimal täglich gurgeln (3 Tannenzapfen auf $^1/_2$ l Wasser). • CU