Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 57 (2000)

Heft: 10: Man ist so alt, wie man sich fühlt

Rubrik: Praktisches und Wissenswertes

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

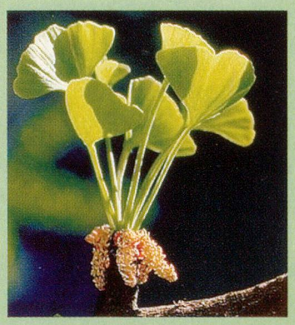
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media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

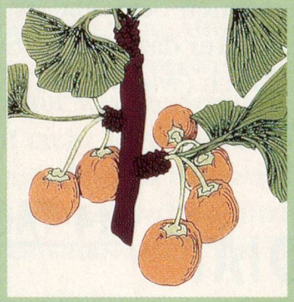
Download PDF: 10.12.2025

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

Ginkgo

Der Ginkgobaum ist ein ungewöhnlich zäher Bursche. Weil er alle Katastrophen und Umwälzungen der Erde überdauerte, nennt man ihn auch ein «lebendes Fossil». Noch heute beweist er seine Widerstandsfähigkeit, indem er kaum anfällig für Insekten, Pilze, Viren oder Bakterien ist und selbst die horrende Umweltverschmutzung in modernen Grossstädten ihm nichts anhaben kann. In New York gehört der Ginkgobaum deshalb zu den häufigsten gepflanzten Arten entlang den Strassen von Manhattan.





Die imposantesten und ältesten Bäume stehen in China – über 40 Meter hohe Exemplare, die fast 4000 Jahre alt sein sollen. In Japan und Korea sind mehrere tausendjährige Ginkgobäume zu bewundern. Die Bäume ausserhalb des Fernen Ostens sind weit weniger alt und erreichen eine sehr viel bescheidenere Höhe. Der älteste europäische Ginkgo wurde 1730 im botanischen Garten von Utrecht in Holland gesetzt. Ein Viertel Jahrhundert später findet man Ginkgos auch in England. Von dort und Japan aus verbreitete sich der Baum in ganz Europa und gelangte 1784 in die USA. Neben der botanisch korrekten Bezeichnung *Ginkgo biloba* kennt man in unserem Sprachraum auch die Bezeichnungen japanischer Tempelbaum, Silberaprikose, Fächerblatt-, Entenfuss- oder Elefantenohrbaum.

Der Ginkgo ist zweihäusig, d.h. es gibt männliche und weibliche Bäume, doch ist es bis zur ersten Blüte – und das dauert vierzig Jahre – nur schwer zu entscheiden, ob es sich um «Mann» oder «Frau» Ginkgo handelt. Die weiblichen Bäume sind wegen massiver Erzeugung übelriechender Samen nach der ersten Reife nicht beliebt. Wenn die Samen am Boden liegen, löst sich ihr fleischiger Mantel rasch auf, und die Nuss keimt unter günstigen Bedingungen schnell. Anfangs erfolgt das Wachstum sehr rasch, die jungen Ginkgos können nach fünf bis sechs Jahren zwei bis drei Meter hoch sein. Dann verlangsamt sich das Wachstum, und es dauert ein halbes Jahrhundert, bis der Baum seine volle Schönheit erlangt.

Fällt die reife Samenanlage vom Baum, fault die fette, wachsartige Aussenschicht und verbreitet einen ranzigen Geruch. Die grüne Nuss, die sich im Inneren befindet, wird im Fernen Osten – ähnlich wie bei uns Pistazien – gegrillt gegessen.

In der Pflanzenheilkunde spielen allerdings nur die Blätter eine Rolle. Die alte chinesische Medizin verwendete Ginkgo-Blätter als Wundpflaster und als Heiltee bei den verschiedensten Indikationen, so bei Husten, Asthma und sogar Tuberkulose. Die zu Brei verkochten Blätter wurden bei Frostbeulen aufgelegt, was die erst später von westlichen Pharmakologen festgestellten gefässaktiven Eigenschaften bestätigt.

Der in der Therapie eingesetzte Ginkgo-Extrakt enthält mehr als 40 verschiedene Substanzen, einige davon kennt man von anderen Pflanzenarten, andere wie die Ginkgolide und Bilobalide sind einzigartig. Die moderne Wissenschaft hat die Effekte des Ginkgo biloba untersucht und zahlreiche Wirkungen gefunden, die sich unter dem Begriff «Mangel-Durchblutung» zusammenfassen lassen und sowohl den arteriellen als auch kapillaren und venösen Bereich betreffen. Anerkannt ist der Einsatz von Ginkgo biloba zur Steigerung des Konzentrationsvermögens, zur Verbesserung des Kurzzeitgedächtnisses, bei mangelnder Durchblutung, Schwindel und Ohrensausen. Durch Ginkgo biloba werden die Fliesseigenschaften des Blutes gefördert, die Strömungsgeschwindigkeit im Bereich der allerkleinsten Blutgefässe (Kapillaren) mobilisiert und die Sauerstoffversorgung im Gehirn und den Extremitäten verbessert.

Die Ginkgo-Tropfen *Geriaforce* von A. Vogel (in D: apothekenpflichtig) sind ein Frischpflanzenpräparat, das über längere Zeit kurmässig eingenommen werden sollte. • IZR

Öffentliche Verkehrsmittel (in Xochimilco, nahe Mexico City)