

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 62 (2005)
Heft: 6: Ist Ihr Herz manchmal müde?

Artikel: Aurikel, Bitterwörzli und Murmeltierschnauz
Autor: Staffelbach, Heinz
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-552404>

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: 30.01.2026

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



Aurikel, Bitterwörzli und Murmeltierschnauz

Wenn der Schnee von gestern als glasklares Wasser zu Tal rauscht, ist auch in den Bergen Sommerzeit. Alpenblumen des Frühsommers laden im Schächental zu einer Wanderung ein.

Wer den Kanton Uri nur aus der Perspektive des Zuges kennt, hält ihn leicht für ein Land der tiefen, dunklen Täler, der abschüssigen Felswände – und natürlich auch der steilen Wanderwege, für die man eher Saugnäpfe und Steigeisen als normale Wanderschuhe braucht. Dem ist aber nicht so – jedenfalls nicht überall.

Wunderschön und gar nicht schwierig

Der Schächentaler Höhenweg etwa ist eine der schönsten Wanderrouten im Kanton und schlängelt sich auf einer Höhe von etwa 1800 Metern über die ganze sonnenzugewandte Seite des Schächentales. Der Weg, der vom Klausen-

pass auf die Eggberge führt, ist durchwegs recht einfach zu gehen. Die Aussichten, die er bietet, sind aber, entsprechendes Wetter vorausgesetzt, erstklassig. Im ersten, östlichen Teil ziehen die vergletscherten Berge auf der jenseitigen Talseite den Blick in ihren Bann – der Clariden etwa oder der Chammliberg, und dann das Schärhorn mit seinen zwei schießen Gipfeltürmen. Etwas weiter schweift der Blick ins wildromantische Brunnital, das durch die steilen Abgründe des Grossen Ruchens abgeschlossen wird. Noch weiter westlich dann öffnet sich der Blick mehr und mehr auf das Reusstal, und auf den Eggbergen

schliesslich steht man unvermittelt hoch über dem Urnersee.

Für einen eintägigen Wanderausflug in den Bergfrühling oder den Bergsommer genügt durchaus der östliche Teil des Höhenweges. Er beginnt bei der Postautohaltestelle «Untere Balm» kurz vor dem Klausenpass. Der Start ist sehr gemässlich, ist man doch auf einer guten Naturstrasse unterwegs und hat auch kaum Höhenunterschiede zu bewältigen. Umso mehr kann man die Aussicht geniessen oder sich auf die Flora am Wegrand einlassen.

Bergmannli und Bitterwurz

Zwischen Mai und Juli sind hier die Gewöhnlichen Alpen-Küchenschellen, auch Weisse Alpen-Anemonen genannt, recht häufig. Mit ihren drei bis sechs Zentimeter grossen Blüten leuchten sie wunderschön aus dem satten Grün des Grases. Es ist eigentlich eine Unterart, *Pulsatilla alpina* ssp. *alpina*. Ihre «Schwester-Unterart» ist die Gelbe Alpen-Küchenschelle oder Schwefel-Anemone (*Pulsatilla alpina* ssp. *apiifolia*) – an der Blütenfarbe einfach von der ersten Anemone zu unterscheiden. Nach der Blüte bilden die behaarten Griffel einen charakteristischen Krauskopf, der zu vielen Volksna-

men Anlass gegeben hat, wie etwa Bergmannli, Teufelsbart, Bocksbart, Munggeschnutz (Murmeltier-Schnauz), Hexenbesen und viele andere. Die fadenförmigen Früchte können bis zu 80 Meter weit fliegen und bohren sich dann durch hygrokopische (durch Quellung entstehende) Bewegungen in den Boden. Dies ist möglich, da sich der untere Teil des Griffels durch Wasseraufnahme und -abgabe sechs bis sieben Mal um seine Achse drehen kann. Auch wenn im Sommer nur noch die Krausköpfe vorhanden sind, kann man meist noch erahnen, um welche Unterart es sich handelt. Die Weisse Alpen-Anemone gedeiht nämlich hauptsächlich auf Kalk, während die Schwefel-Anemone auf sauren Böden wächst.

Die Heidmanegg, die man nach etwa einer Dreiviertelstunde erreicht, ist eine kleine Alpsiedlung wie aus dem Bilderbuch, mit schlichten, «sonnengebräunten» Häusern und Ställen unter den Felswänden der Schächentaler Windgällen. Hier endet die Naturstrasse, und es geht weiter auf einem Wanderweg durch Wiesen und Weiden. Ab Mai kann man in den Wiesen am Wegrand den Clusius' Enzian oder Kalk-Glocken-Enzian (*Gentiana clusii*) entdecken. Seine Blüten

Die weisse Alpen-Küchenschelle (*Pulsatilla alpina* ssp. *alpina*, links) und der tiefblaue Enzian (*Gentiana clusii*, rechts) blühen im Frühsommer.



Vom Eise befreit:
kühles Schmelzwasser sucht sich sprudelnd und rauschend seinen Weg zu Tal.



schliessen sich in der Nacht und bei schlechtem Wetter. Dieser Schliessmechanismus kann auch durch Erschütterungen ausgelöst werden, wie sie fallende Regentropfen verursachen und soll die Blüte schützen. Der Clusius' Enzian heisst in Graubünden auch Gloggablume, in manchen Regionen der Ostschweiz nennt man ihn Bitterwörzli. Von seinem ähnlichen Verwandten, dem Koch'schen Enzian (*Gentiana acaulis*), ist

er meist leicht unterscheidbar – dieser zeigt nämlich im Innern der Krone oliv-grüne, fleckige Streifen. Beide Arten enthalten appetitanregende und verdauungsfördernde Bitterstoffe wie auch der Gelbe Enzian, der ja gerne für die Herstellung von (Verdauungs-)Schnaps verwendet wird. Der Bitterstoff des Enzians, das Gentiopikrin, ist noch in sehr starken Verdünnungen schmeckbar. Ausserdem gehören die beiden Enzianarten auch zu den Bachblüten.

An feuchteren Stellen in den Wiesen leuchten Heerscharen von Sumpf-Dotterblumen, und wer genau hinschaut, wird auch immer wieder mal das «fleischfressende» Alpen-Fettblatt und verschiedene Knabenkräuter erkennen.

Attraktiver Zusammenschluss

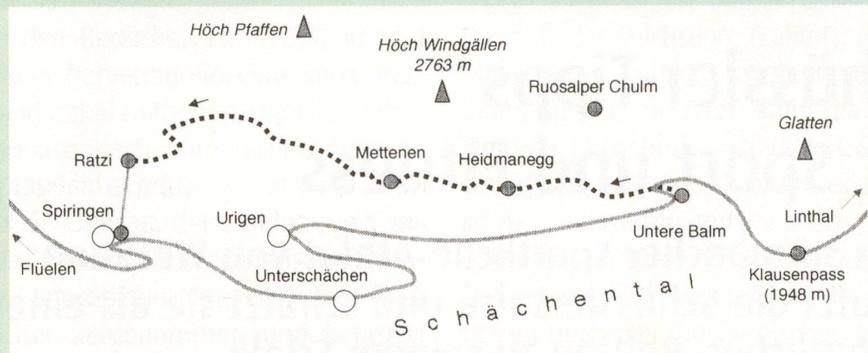
Nach der Alp Mettenen schlängelt sich der Weg mehr und mehr durch lockeren Wald. Zwischen Juni und August fällt am Wegrand oft die Nacktstänglige Kugelblume (*Globularia nudicaulis*) auf. Die einzelnen Blüten der Kugelblumen sind zwar recht hübsch, aber doch etwas zu klein, um auf Insekten richtig attraktiv zu wirken. Darum haben die Kugelblumen gleich eine ganze Menge von Blüten zu einem kugelförmigen Köpfchen vereinigt. In den einzelnen Blüten wird unter dem Fruchtknoten Nektar ausgeschieden. Da die Kronröhre aber sehr eng ist, kann er nur von Insekten mit dünnen Rüsseln erreicht werden, wie sie etwa Falter haben. Hummeln und Fliegen erreichen den Nektar nicht, sammeln oder fressen aber den Pollen.

Nach etwa dreieinhalb Stunden erreicht man das Berggasthaus Razi, wo es sich herrlich auf der Terrasse ausruhen lässt, mit wunderschönem Blick auf den Clarien. Vom Berggasthaus gelangt man mit der Luftseilbahn nach Spiringen, von wo es mit dem Postauto und dem Zug wieder heimwärts geht. • Heinz Staffelbach



Die Nacktstänglige Kugelblume (*Globularia nudicaulis*, links) gedeiht auf Weiden und steinigen Hängen. Die goldgelben Blüten der Aurikel oder Flühblümchen (*Primula auricula*) sind je nach Höhenlage von April bis Juli anzutreffen. Die Aurikel ist auch als alte Heilpflanze gegen Husten und Lungeneschwüre bekannt.

Informationen zur Alpenblumenwanderung



Anfahrt: Mit dem Zug nach Flüelen oder Linthal und von hier mit dem Postauto Richtung Klausenpass. Im Sommer (2. Juli bis 16. Oktober) fährt das Postauto vier Mal täglich.

Ausgangspunkt der Wanderung: Haltestelle Untere Balm auf der Westseite des Klausenpasses.

Verlauf: Von der Postautohaltestelle via Heidmanegg und Mettenen zum Berggasthaus Ratzi. Tipp für die Region Heger Butzli westlich von Mettenen: Gut auf die Abzweigung von der Naturstrasse auf einen kleinen Weg nach links achten. Länge 11 km, 210 m Aufstieg, 480 m Abstieg, ca. 3.5 Stunden Laufzeit.

Endpunkt der Wanderung: Berggasthaus Ratzi (ganzjährig geöffnet, April und Mai auf Anfrage (Tel.

[0041] [0]41 879 12 30). Von hier mit der Luftseilbahn nach Spiringen und mit Postauto und Zug wieder nach Hause.

Karten:

Landeskarte der Schweiz 1: 50 000, Blatt 246 oder 246T (Klausenpass). Landeskarte der Schweiz 1:25 000, Blatt 1172 (Muotatal) und Blatt 1192 (Schächental).

Schächental, Wanderkarte mit Bike-Infos 1:25 000, herausgegeben vom Kanton Uri.

Verkehrsvereine: Tourist-Info Uri, Tellspielhaus, 6460 Altdorf
Tel. [0041] [0]41 872 04 50
www.i-uri.ch.
Verkehrsverein Altdorf, Rathausplatz 7, 6460 Altdorf
Tel. [0041] [0]41 872 04 50
www.altdorftourismus.ch

Bücher zum Thema:
Arbeitsgruppe Naturkundlicher Höhenweg (Hrsg.), «Naturkundlicher Höhenweg im Schächental», Altdorf 1989.
José Amrein, «Vom Leben der Urner Älpler», Verlag Gisler, Altdorf 2002.