

Wildkräuter & Wildpflanzen

Berberitze

(*Berberis vulgaris*)

Den meisten Menschen ist diese Pflanze als Ziergehölz und Gartenbegrenzung bekannt. Da ist es dann eher auch die gezüchtete Form mit den roten Blättern. Mir war dieser Strauch lange auch nur als Einfassung von Gärten bekannt und damals wäre ich nicht auf die Idee gekommen, die Beeren zu probieren. Ich hatte mich nicht näher mit der Pflanze befasst, weil sie bei meinen Eltern keine Rolle gespielt hatte. Erst vor ein paar Jahren, als ich Probleme mit den Nieren hatte, rückte die Berberitze näher in mein Bewusstsein.

Wie so oft, beschreiben die volkstümlichen Bezeichnungen der Pflanzen auch bei der Berberitze deren Eigenschaften oder Verwendungsweise. Aufgrund des sauren Geschmacks der Beeren wird die Pflanze auch Sauerdorn, Essig-, Rhabarber- oder Zitronenbeere genannt. Die arme Bevölkerung verwendete den Saft der Beeren wie Essig und auch anstelle von Zitronen. Spitzbeere gibt einen Hinweis auf die Form der Früchte und Gelbholz deutet auf die Farbe des Holzes der Stängel und der Wurzel hin, während Dreidorn darauf hinweist, dass am Stängel meist drei Dornen zusammengewachsen sind. Die Vielfalt der Bezeichnungen lässt, wie so oft vermuten, dass die Berberitze durchaus in der Bevölkerung bekannt war und genutzt wurde. Neuerdings taucht vermehrt die Bezeichnung Taigabeere auf. Dieser Name soll möglicherweise einen Hauch von Exotik verbreiten und damit den Absatz als Heilmittel fördern.

Der Name Berberitze als auch die botanische Bezeichnung *Berberis* kommen aus dem Arabischen *berberi*, was so viel heißt wie Muschel und auf die Blattform hindeuten könnte. Eine andere Deutung wirft die Mutmaßung in den Raum, dass sich der Name *Berberis* auf die



Berber, ein nordafrikanisches Volk, beziehen könnte. So soll Linné der Meinung gewesen sein, dass die Pflanze in Nordafrika heimisch sei, und deshalb habe er ihr diesen Namen gegeben.

Das Sauerdorn- oder Berberitzengewächs ist eine Pionierpflanze und kommt in lichten Wäldern vor. Man findet die Pflanzen bis zur oberen Waldgrenze (2.500m) in den Alpen. Sie kommen wild im mittleren bis südlichen Europa vor – bis hin zum Kaukasus. Es handelt sich um Sträucher, die eine Höhe von bis zu 2m erreichen können. Der Strauch ist sommergrün, d.h. er wirft das Laub zum Winter hin ab. Das bunte Herbstlaub bildet mit den roten Beeren zusammen ein farbenprächtiges Bild. Die

Zweige des Sauerdorn sind kantig, braun bis gelbgrau und besitzen Dornen. Die Dornen sind am unteren Teil der Zweige dreiteilig, oben sind sie einfach.

Eigentlich handelt es sich bei den Dornen um umgewandelte Blätter. Aus den Achseln der Dornen wachsen die Blätter in Büscheln. Sie haben eine verkehrt eiförmige Form und einen gezähnten Rand. Die Blüten sind kleine Trauben mit gelben Glöckchen. Beim Berühren der Staubblätter schnellen diese nach oben und schleudern so ihren Blütenstaub auf die besuchenden Insekten, die damit die nächsten Blüten befruchten. Auf diese Art wird die Fremdbestäubung gesichert. Auch hier zeigt sich einmal mehr der „Einfallsreichtum“ der Natur. Der Geruch der Blüten ist sehr stark, fast unangenehm und lockt Käfer an, die helfen, die Pflanze zu bestäuben. Bei dem Duftstoff handelt es sich um Trimethylamin, ein Amin mit einem fischartigen Geruch. Bei den Früchten handelt es sich um bis zu 2cm lange, zur Reife hin scharlachrote ovale Beeren mit einem Kern in der Mitte, die in Trauben an den Zweigen hängen. Mit zunehmender Reife werden die Früchte immer saurer. Die Berberitze ist ein Flachwurzler mit einer gelben Wurzel. In den Früchten der Berberitze sind Vitamin C, Carotine, Gerb- und Fruchtsäuren, Zucker,



Schleimstoffe, Pektine sowie Mineralstoffe, vor allem Kalium enthalten. Die Rinde, Blätter und die Wurzel enthalten das Alkaloid Berberin, das in höherer Dosierung giftig ist, außerdem sind noch Gerbstoffe vorhanden, Harze und Wachse. Auch hier ist, wie beim Baldrian, die Gesamtheit der Wirkstoffe ausschlaggebend und wirkungsvoller als die isolierten Einzelkomponenten. Die Vergiftungserscheinungen des Berberin sind Nasenbluten und Atembeschwerden, auch Hautirritationen, Reizungen der Augen und der Nieren sind möglich. Berberin ist in allen Pflanzenteilen enthalten, nur die reifen Früchte sind frei von Berberin. Auch das von den Blüten abgesonderte Trimethylamin ist schwach giftig und kann Augen und Schleimhäute reizen.

Die Heilwirkungen der einzelnen Pflanzenteile sind unterschiedlich. Aus den Früchten lässt sich ein Saft gewinnen, der leicht abführend wirkt. Allgemein wirken die Früchte appetitanregend. Durch den hohen Gehalt an Vitamin C wirkt der Saft auch Skorbut entgegen und kann bei Erkältungskrankheiten eingesetzt werden. Die Säure hat einen kühlenden Effekt, wodurch sich der Saft auch eignet, um

Fieber zu senken. Der Saft kann bei Erkrankungen des Magen-Darm-Traktes getrunken werden.

Tinkturen und Aufgüsse aus der Rinde und der Wurzel werden als Mittel für die Nieren und bei Gallen- und Leberbeschwerden, des Magen-Darmtraktes, Milzleiden und Beschwerden der ableitenden Harnwege verwendet.

Auch ist das Berberin in der Lage, Gallen- und Nierensteine aufzulösen und den Gallenfluss anzuregen. Selbst bei der Entwöhnung von einer Morphiumsucht soll es hilfreich sein. Jedoch sollte bei einer innerlichen Verabreichung keine Selbstmedikation stattfinden, aufgrund der Vergiftungsgefahr. Äußerlich hilft ein Aufguss der Wurzel oder der Rinde bei trockenen Hauterkrankungen. Auch für die Augen ist das Berberin hilfreich bei Bindehautentzündungen.

Die Rinde in Wein gesotten ergibt ein Mundwasser, das zum Gurgeln verwendet werden kann und das auch bei Zahnschmerzen hilft.

In der Homöopathie wird *Berberis vulgaris* bei Harnwegsinfektionen, Hauterkrankungen und Beschwerden des rheumatischen Formenkreises eingesetzt.

In der Küche werden die Beeren hauptsächlich zu Mar-



melade, Gelee, Saft oder Sirup verarbeitet. Diese können dann auch weiterverarbeitet werden, z.B. zu Desserts. Die getrockneten Früchte eignen sich als gesunde Naschereien, auch mit Nüssen zusammen, oder als Zugabe zu Müsli. Frisch lassen sich die Beeren in einem herbstlichen Fruchtsalat verarbeiten, indem man sie kurz vor dem Servieren untermischt. Wer es gerne süßsauer mit einer gewissen Schärfe mag, kann einen Chutney aus den Früchten der Berberitze kochen. In der persischen Küche werden die Früchte mit Reis gekocht oder zum Würzen von Fisch verwendet. Im arabischen und islamischen Raum wird der Saft anstelle von Essig zum Würzen verwendet.

Beim Wandern kann man die Beeren als Durstlöcher einfach so vom Strauch pflücken.

Die Berberitze ist eine Färberpflanze. Das Alkaloid Berberin aus den Wurzeln wird in der Mikroskopie als Fluoreszenzfarbstoff eingesetzt, um Bestandteile von Pflanzenzellen zu färben. Der Farbstoff der Wurzeln und des Holzes wurde früher zum Gelbfärben von Wolle, Baumwolle und Seide verwendet. Der Saft der Beeren färbt Leder, Wolle, Baumwolle und Seide rot. Wird der Saft ungebeizt verarbeitet, dann erhält man ein rosenrot, mit einer Zinnbeize entsteht ein karmesinrot. Der Frucht-

saft wird auch als Lebensmittelfarbstoff verwendet. Durch die Dornen eignet sich der Sauerdorn hervorragend als Heckenpflanze, die vor Eindringlingen schützt. Einzig das Pflegen der Hecke ist durch die Dornen mühsam. Die unterschiedliche Färbung des Laubs, die roten Früchte und ihre Genügsamkeit machen sie zu einer beliebten Pflanze für Hecken. Auch als Abgrenzung von Feldern wurde lange Zeit der Sauerdorn verwendet. Erst als bekannt wurde, dass die Pflanze als Zwischenwirt für den Schwarzrostpilz fungiert – einem Pilz, der das Getreide schädigt – wurden die Hecken systematisch gerodet, so ähnlich, wie es heute mit bestimmten Cotoneasterpflanzen des Feuerbrandes wegen geschieht. Inzwischen steht die Berberitze in einigen nördlichen Bundesländern von Deutschland auf der roten Liste und ist dort aus diesem Grund geschützt. Allerdings ist die Berberitze ohnehin nördlich des Mains nicht natürlich vorgekommen.

Die Berberitze diente von alters her als Orakelpflanze für den Winter. Waren die Früchte im Herbst kurz und dick, so war ein strenger aber kurzer Winter zu erwarten, hingegen bei langen und dünnen Beeren, konnte man mit einem langen aber milden Winter rechnen. Man glaubte auch, dass die Früchte, die in der Johannisnacht geerntet worden waren, von Tobsucht heilen könnten. Dieser Glaube, erscheint mir jedoch etwas ungewöhnlich, da die Früchte im Juni noch lange nicht reif sind.

Für die Astrologen:

Die Berberitze ist mehreren Planeten zugeordnet. Dem **Mars** wegen der Dornen und den roten Früchten, dem **Jupiter** wegen der essbaren Früchte und dem kantigen Stängel und der **Sonne** wegen der gelben Blütenfarbe.

Die Signatur deutet auf Leber- und Galleerkrankungen hin durch die gelben Blüten, das gelbe Holz und die gelbe Wurzelrinde, die spitzen Dornen könnten ein Hinweis für die stechenden Schmerzen in der Leber sein.

Marie-Luise Stettler

