

Etwas zum Staunen

Kulturpflanzen vs. Wildpflanzen

Mit einem frischen Feldsalat hat man wichtige Nährstoffe zu sich genommen. Oder? Natürlich, doch ein Salat aus Löwenzahnblättern enthält in vielen Bereichen sogar fast die doppelte Menge an Inhaltsstoffen. Hier einmal zum Vergleich. ¹

	Frischer Feldsalat	Löwenzahn
Kalium	412 mg/100g	590 mg/100g
Vitamin C	35 mg/100g	115 mg/100g
Magnesium	13 mg/100g	23 mg/100g
Calcium	50 mg/100g	50 mg/100g

Wildkräuter gehören in den Garten

Der Löwenzahn zum Beispiel stellt für 70 der 560 heimischen Wildbienenarten Nektar und Pollen bereit. So geht es vielen Lebewesen. Häufig sind sie sogar auf spezifische heimische Wildpflanzen angewiesen und finden ansonsten zu wenig Nahrung. Wenn man also den heimischen Insekten etwas Gutes tun möchte, dann sollten die Wildkräuter nicht entfernt werden. Ein weiterer Vorteil, den die Wildkräuter mitbringen, ist ihre Anpasstheit an die vorherrschenden Umgebungsbedingungen. ²

Etwas zum Staunen

Ökologischer Fußabdruck

Der überdurchschnittliche Lebensstandard vieler Menschen sorgt für Belastungen der Umwelt. Immer weniger von dem, was wir täglich zu uns nehmen, wird tatsächlich lokal produziert. Wildkräuter hingegen sind nicht nur schmackhaft und reich an Inhaltsstoffen, sondern müssen auch nicht landwirtschaftlich kultiviert werden. Dadurch kann ein Beitrag zur Verkleinerung des ökologischen Fußabdrucks geleistet werden. ²

Klimawandel gefährdet Arzneikräuter

Der Klimawandel verändert das komplette Leben auf dem Planeten, aber sind dadurch auch unsere Heilpflanzen in Gefahr?

Seit einiger Zeit beobachten Wissenschaftler den Bestand vieler Heilkräuter durch zunehmende Wetterextreme.

Risikofaktor Erderwärmung

Zu akuten Bedrohungen für Arzneipflanzen, die direkt oder indirekt mit dem Klimawandel in Zusammenhang stehen, gehören steigende Temperaturen, Trockenheit und Dürren, aber auch Starkregen, zu viel Kohlenstoffdioxid in der Luft und die Verbreitung von Schädlingen und Krankheitserregern.

Wissenschaftler berichten, dass der Bestand zahlreicher Arzneipflanzen bereits durch **nicht nachhaltigen Anbau mit Überernten** gefährdet wird. Der Klimawandel könnte dies weiter verschärfen und dies hat das Aussterben mancher Kräuter zur Folge. Außerdem wachsen verbleibende Heilpflanzen schlechter und sind von geringerer Qualität. ³

Auch Inhaltsstoffe und die medizinische Wirkung könnten sich nachteilig verändern im schlimmsten Fall verlieren Arzneikräuter ihre positiven gesundheitlichen Eigenschaften.³

Globale Folgen

Heutzutage ist die Pflanzenmedizin hauptsächlich für die Prävention zunehmend beliebt. Bei schwerwiegenden Erkrankungen werden die grünen Helfer oft unterstützend eingesetzt. Diese **zusätzliche Unterstützung** haben aber nicht alle Menschen. Vor allem **in Entwicklungsländern** sind **pflanzliche Mittel** nach wie vor **Hauptmedikamente** und oft sogar die einzig verfügbaren Medikamente.³

Überleben sichern

Verändert das Klima den ursprünglichen Lebensraum, haben auch Pflanzen Möglichkeiten, ihr Überleben dennoch zu sichern. Sie können sich an die **neuen Bedingungen anpassen**, oder **in benachbarte Regionen auswandern**. Nach Einschätzung der Forscher schaffen es aber einige Arzneipflanzen nicht rechtzeitig, einen neuen Lebensraum zu finden. Ein Beispiel hierfür wäre die Heilpflanze *Tylophora*. Sie wächst heute in einigen Gebieten Pakistans. Ihr wird ein vollständiger Verlust dieses Lebensraumes vorausgesagt.³

Handeln in Not

Wird der Klimawandel nicht erfolgreich nachhaltig bekämpft, empfiehlt ein Forscherteam, Arzneimittel vermehrt in Gemeinschaftsgärten anzubauen. So kann ein lokaler Zugang zu den Heilkräutern erhalten bleiben. Zudem sollten Landwirte zeitnah in Bezug auf **nachhaltige Bewirtschaftung** und **Überwachung der Pflanzenqualität geschult** werden.³

Ein **letzter Ausweg** wird darin gesehen, dass **bedrohte Pflanzen vom Menschen in neue Lebensräume umgesiedelt** werden und durch eine **standortunabhängige Saatenbank** angelegt wird.

Literaturverzeichnis Etwas zum Staunen

- 1) <https://unkraut-liebe.de/wp-content/uploads/2019/04/inhaltsstoffe-wildkraeuter-vergleich-kulturgemuese-unkrautliebe.pdf>
- 2) <https://naturidyll.com/naturidyll-blog/die-kraft-der-natur-warum-wildkraeuter-in-der-kueche-unverzichtbar-sind>
- 3) Neuen, A. (2020). Klimawandel gefährdet Arzneikräuter. Naturheilkunde & Gesundheit. Kräuter für die Frühlingkur.