



© Darrell Evans / 123rf.com

# Toxischer Schmuck

Für Vögel stellen die roten Beeren der **Stechpalme** eine gute Nahrungsquelle dar. Für Menschen sind sie allerdings giftig und nur als festliche Weihnachtsdekoration geeignet.

**W**ährend des Winters zeigen sich die leuchtend roten Früchte der europäischen Stechpalme (*Ilex aquifolium*), worauf auch das Synonym Winterbeere Bezug nimmt. Die immergrüne Pflanze gehört zur Familie der Stechpalmengewächse (Aquifoliaceae), die als Strauch oder Baum wächst und Höhen von bis zu 15 Metern erreichen kann.

**Keine Palme** Charakteristisch sind die stacheligen Ränder ihrer dunkelgrünen ledrigen Blätter, auf die sowohl die deutschen Bezeichnungen Stechpalme, -hülse und -eiche als auch der lateinische Artname *aquifolium* (*acus* = Nadel, *folium* = Blatt) verweisen. Der Namensteil „Palme“ geht auf eine Verwendung der Pflanze im christlichen Brauchtum zurück. In Erinnerung an den Einzug Jesu in Jerusalem werden am Palmsonntag in Ermangelung echter Palmen Zweige immergrüner Pflanzen wie die der Stechpalme als „Palm“ geweiht. „Hülse“ stammt wiederum aus dem Indogermanischen und bedeutet heilig, denn gleich den Misteln und Eichen war die Stechpalme bei den Germanen, Angelsachsen und Kelten eine geheiligte Pflanze. Im Englischen wird sie sogar als „Holly“ bezeichnet. Den Namensteil „Eiche“ greift ebenfalls der lateinische Gattungsname *Ilex* auf, der ursprünglich bei den Römern für die Steineiche Verwendung fand. Er wurde aufgrund der eichenähnlichen Blätter auf die Stechpalme übertragen.

**Giftige Beeren und Blätter** Traditionell werden die Zweige mit den dekorativen Beeren häufig als Advents- und Weihnachtsschmuck verwendet. Sowohl die Blätter als auch die Früchte sind für Menschen giftig. Insbesondere kleine Kinder werden magisch von den Beeren angezogen und können oftmals nicht widerstehen, sie zu probieren, wie die Statistiken der Giftnotzentralen bestätigen. Glücklicherweise

sind schwere Vergiftungen selten, da dafür relativ große Mengen verzehrt werden müssen. Bei Erwachsenen gilt die Aufnahme von 20 bis 30 Beeren als lebensbedrohlich, bei Kindern entsprechend weniger. Von Todesfällen wird lediglich in älterer Literatur berichtet.

#### Gastrointestinale Beschwerden

Vergiftungssymptome wie Bauchschmerzen, Durchfälle und Erbrechen zeigen sich aber schon nach der Aufnahme von zwei Beeren. Als Erste-Hilfe-Maßnahme wird beim Verzehr weniger Beeren (bis zu fünf) eine reichliche Flüssigkeitszufuhr empfohlen. Bei größeren Mengen ist zusätzlich Medizinalkohle (fünf bis zehn) oder eine Magenentleerung (ab zehn Beeren) zweckmäßig. Welche Inhaltsstoffe giftig wirken, ist bislang nicht eindeutig geklärt. Vor allem werden Saponine für die toxische Wirkung diskutiert.

**Mystisches** Stechpalmen wurden früher sehr bewundert und verehrt. Sie waren als immergrüne Pflanze ein Symbol für das ewige Leben. Im Volksglauben besaß sie zudem magische Kräfte, mit denen sie Unheil und Zauber abwenden konnte. Da-

rauf nimmt heute noch der Brauch in den angelsächsischen Ländern Bezug, Ilexzweige zu Weihnachten am Kamin aufzuhängen. So sollen böse Geister abgehalten werden, durch den Schornstein ins Haus zu gelangen. Die Römer drückten hingegen ihr Wohlwollen und ihre freundschaftliche Zuneigung durch

wirklich die heutige europäische Stechpalme gemeint war. Die Kräuterbücher des Mittelalters berichten nur wenig von der Pflanze. Es finden sich vereinzelt Abhandlungen über den Einsatz der Blätter bei Gelbsucht oder der Beeren gegen Seitenstechen. Die Volksmedizin verwendete die Früchte früher als Abführmittel

**»Bei Erwachsenen gilt die Aufnahme von 20 bis 30 Beeren als lebensbedrohlich, bei Kindern entsprechend weniger.«**

Verschenken von Ilexzweigen aus. Darüber hinaus sollten sie Glück bringen und die Gesundheit erhalten.

**Heilende Wirkung?** Die Stechpalme soll schon im Altertum medizinisch verwendet worden sein. Plinius empfahl zerquetschte Blätter von *Ilex aquifolia* gegen Gelenkkrankheiten und die Beeren gegen Ruhr, Gallenleiden, Verdauungsbeschwerden und Frauenkrankheiten. Allerdings sind sich die Forscher nicht sicher, ob mit *Ilex aquifolia*

und die Blätter wurden als fiebersenkende und harntreibende Mittel bei Erkältungen, Bronchitis und Rheuma eingesetzt. Heute ist eine naturheilkundliche Anwendung der Stechpalme aufgrund ihrer Toxizität nicht mehr üblich. Sie wird lediglich noch in der Homöopathie zur Behandlung von Bindehautentzündungen oder als Bachblüte Holly bei Reizbarkeit und Aggressionen eingesetzt. ■

Gode Meyer-Chlond, Apothekerin

Anzeige

# MACHT STARK GEGEN POLLEN!

natürlicher Pflanzenextrakt aus *Astragalus membranaceus*

senkt die Empfindlichkeit gegenüber Pollen

normalisiert die Immunreaktion

