



*Pflanzen am
Bordesholmer Seeufer*

*und ihre historische Bedeutung
als Nahrungs- und Heilmittel*

Bordesholmer See



Entstehungszeit: nach der Weichseleiszeit, vor ca. 15.000 Jahren

Jäger und Sammler hielten sich ca. 9.000 Jahre v. Chr. am See auf.

Sesshaft wurden die Menschen am Ufer des Sees etwa 5.000 Jahre v. Chr.

Bordesholmer See



1700 v. Chr. entstand eine der größten norddeutschen Siedlungen der Bronzezeit (Brautberg – Urnenhügel aus dieser Zeit)

1148 Eiderstedte (Siedlung am Seeufer) wurde urkundlich erwähnt.

1302 erste schriftliche Erwähnung von Bardesholm (Bard = Ufer, Holm = Insel)

1330 zog das Chorherrenstift auf die Insel im Bordesholmer See.

Schwänenblume

(*Butomus umbellatus*)

Namensgebend ist die Form der Fruchtknoten, die an (rosarote) Schwäne erinnern.



Schwänenblume

(*Butomus umbellatus*)

Blütezeit: Juni – August

Nutzung:

- Wurzelstöcke als Mehl oder in Asche als Brot gebacken
- Stängel zum Flechten von Körben



Gewöhnlicher Blutweiderich

(*Lythrum salicaria*)

Blütezeit: Juni bis September

Nutzung:

- Junge Sprossen, Blätter als Gemüse
- Gerbstoffgehalt der Wurzel ca. 9%, der Blüten 14% - Ledergerbung, Impregnation von Holz und Seilen



Blutweiderich

Nutzung als Heilpflanze:

- bereits in der Antike gegen Bluterbrechen, Durchfall, Ekzem
- während der Choleraepidemie im 19. Jahrhundert
- hoher Gerbstoffgehalt: zusammenziehende, antibakterielle und blutstillende Wirkung



Blutweiderich

“Blut-” – rote Farbe,
blutstillend

“-weiderich” – Blattform
ähnelt der Form des
Weideblattes



Gewöhnlicher Gilbweiderich

(*Lysimachia vulgaris*)

Blütezeit: Juni bis August

Die Blüten locken Insekten mit Öl an. Die Schenkelbiene bildet aus dem Öl und Pollen das "Larvenbrot", die Nahrung der Bienenlarven.



Gilbweiderich

gehört zu der Familie der
Primelgewächse



ist verwandt mit Pfennigkraut
(*Lysimachia nummularia*)



Gilbweiderich

Anwendung in der Volksheilkunde:

- gegen Skorbut, Durchfall, Fieber, Husten
- zur Behandlung von Geschwüren und Wunden
- antibakteriell, antiviral, entzündungshemmend, schleimlösend, verdauungsfördernd

Färbepflanze: Blätter – grün, gelb;
Wurzel – braun, schwarz

Punktierter Gilbweiderich



Sumpf-Ziest

(*Stachys palustris*)

Blütezeit: Juni bis September

Sumpf-Ziest bildet unterirdische Ausläufer mit weißen Knollen als Überdauerungsorgane.

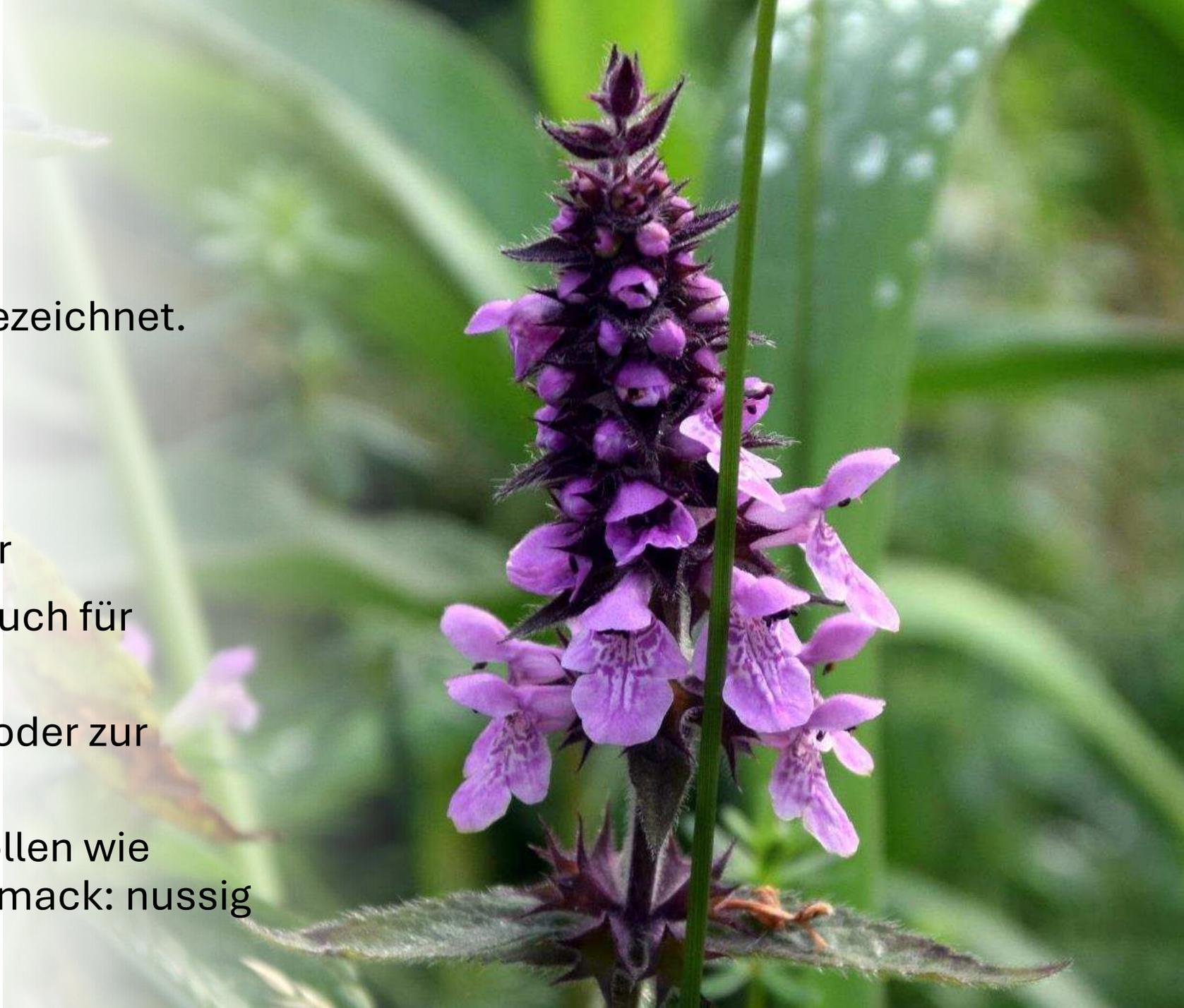


Sumpf-Ziest

wird auch als -Rübe bezeichnet.

Nutzung:

- Knollen als Schweinefutter
- roh, gekocht, getrocknet auch für Menschen essbar
- als Mehl zum Brotbacken oder zur Eindickung von Suppen
- in England werden die Knollen wie Kartoffeln gekocht, Geschmack: nussig



Sumpf-Ziest

Verwendung als Heilpflanze

- bei Gicht und Gelenkschmerzen
- gegen Krämpfe
- antiseptische Wirkung



Gewöhnlicher Wasserdost

(Eupatorium cannabinum)

Blütezeit: von Juli bis September



Wasserdost

Andere Namen beziehen sich auf die Blattform: Hanfdost, Hanfblättriger Dost



Wasserdost

Verwendung als Heilpflanze

- zur Stärkung des Immunsystems
- bei Erkältungen und grippalen Infekten
- gegen Husten als Tee (kalt ansetzen), nur kurz therapeutisch nutzen, nicht für Dauergebrauch geeignet (Pyrrolizidinalkaloide – Leberschädigung)!



Echtes Mädesüß

(*Spiraea ulmaria* syn.
Filipendula ulmaria)

wird auch Wiesenkönigin genannt

„spiraea“ vom lat. „spira“ = Spirale
(Form der Früchte) →
namensgebend für **Aspirin**

Aus der **Spiraea** wurde erstmals
Salicin isoliert und später mit der
Acetylgruppe zur
Acetylsalicylsäure synthetisiert.

Blütezeit: von Juni bis Juli



Mädesüß

Verwendung als Heilpflanze

- fiebersenkend, entzündungshemmend
- bei Erkältungskrankheiten
- gegen Kopfschmerzen
- bei rheumatischen Beschwerden und Gicht
- Achtung:

Nicht geeignet zur Hemmung der Blutgerinnung → kein Ersatz für ASS





Mädesüß

Eine Pflanze der feuchten
Wiesen, Seeuferrn, Gräben
und Bachläufe.

Schilfrohr

(*Phragmites australis*)

Schilf-Röhricht ist ein wichtiger Lebensraum für viele Pflanzen- und Tierarten.



Schilfrohr

Nutzung:

- die jungen Sprossen als Gemüse
- getrocknete Wurzeln als Mehl zum Brotbacken
- geschnittener Schilfstängel in der Antike als Schreibgerät – wurde im 6. Jahrhundert durch die Schreibfeder ersetzt
- zur Herstellung von Matten
- als Baustoff



Schilfrohr

Nutzung in Pflanzenkläranlagen

→ durch hohen Sauerstoffeintrag ins Wasser wirkt es gewässerreinigend

→ kann große Mengen an Stickstoff und Phosphat aufnehmen



Vielen Dank

