

FRÜHLINGSBOTE BIRKE

PFLANZE DES MONATS MÄRZ 2011

Die Birke ist eine Botin des Frühlings. Heuschnupfengeplagte, welche auf das Blühen der Birke überempfindlich reagieren, haben natürlich daran wenig Freude. Sind doch laut Studien 50% aller Pollenallergiker auf die Birkenpollen allergisch. Die Birke hat die Fähigkeit in nährstoffarmen Böden zu existieren und kann sich sogar in torfigen oder trockenen Sandböden zu Hause fühlen. An die Umgebung kann sich dieser Baum sehr gut anpassen. Man findet sie in Wohngebieten wie auch in Wäldern oder an Waldrändern. Die Birke stellt sehr wenige Ansprüche. Gegen Frost und Dürre ist sie völlig unempfindlich.



Über die Herkunft des deutschen Namens, wird viel geschrieben. Einleuchtend ist, dass «Birke» oder lateinisch «betulae» aus Indien stammt. «Bhûrgá-s» nannten die Inder eine Art Birke deren weisse Rinde als Schreibmaterial benutzt wurde. «Bhargás» bedeutet auf altindisch weiss und strahlend. Dies lässt sich klar auf die helle und dünne Rinde der Birke zurückführen. Im Laufe der Zeit verwandelte sich dieser komplexe Name ins germanische.

Die Birke ist weltweit verbreit und dadurch in vielen Kontinenten und bei verschiedenen Völkern als Heilmittel sehr geschätzt. In Finnland wird der Zuckeraustauschstoff Xylitol aus Birken gewonnen. Die Besonderheit an Xylitol ist seine nachgewiesene karieshemmende und zahnschmelzstärkende Wirkung. Deshalb werden Kaugummi und Süsspulver aus Xylitol immer mehr bei uns verlangt.

Überall wird sie einheitlich bei Entgiftungsprozessen, Hautleiden und Gicht eingesetzt. Die alten Griechen brauchten die Birkenrinde als Hautheilmittel bei Psoriasis und anderen Hauterkrankungen. Wenn wir die hautähnliche Struktur der Rinde begutachten ist diese Anwendung nicht willkürlich. Bei Nieren- und Blasenbeschwerden kommt sie dank der entwässernden Wirkung zum Einsatz. Interessant ist auch der Zusammenhang der beiden Organe Haut und Niere, die in vielen Heilpraktikantwendungen als Einheit angesehen werden. Genau dort setzt die Birke mit ihren Fähigkeiten an. Auch hier gibt uns dieser Baum einen Hinweis. Bei hohen Temperaturen gibt sie bis zu 70 Liter Wasser pro Tag über den Stamm ab. Die momentane Umstellung ins wärmere Klima stellt für unseren Körper eine Herausforderung dar. Die Birke kann die Entgiftungsprozesse anregen. Dieses Prinzip nutzt auch Weleda mit seinem Birken Cellulite-Oel oder der Birken-Aktiv-Kur welche die belebende Kraft zarter, aus ökologischer Wildsammlung stammender Birkenblätter enthält. Das erfrischend herb schmeckende Getränk befreit den Organismus auf natürliche Weise von belastenden Ablagerungen. Die in den Birkenblättern enthaltenen Flavonoide aktivieren den Flüssigkeitsorganismus und unterstützen so die natürliche Entschlackung des Körpers. Diese «Reinigung von innen» verhilft zusätzlich zu einem gesunden und schönen Hautbild.