



# Natur- und Umwelthilfe Goslar e. V.

Gerwin Bärecke

## Huflattich

Ungewöhnliches  
von einer  
„gewöhnlichen“  
Pflanze





## Der Hufblatt – gewöhnlich ungewöhnlich

Eigentlich gehört er zu den gewöhnlichsten Pflanzen, die bei uns wachsen. Und – fast alle kennen ihn, den Hufblatt. Das einzig Bemerkenswerte scheint zu sein, dass er im Frühling als eine der ersten Blütenpflanzen erscheint und die Ödnis des Vorfrühlings mit seinen kleinen gelben Blütensonnen verschönert. Blühte er nur ein paar Wochen später, niemand nähme mehr Notiz von der kleinen „Gewöhnlichkeit“. Genau das ist der Grund, aus dem wir uns hier einmal etwas näher mit diesem Korbblütler beschäftigen und herauszufinden versuchen, ob nicht bei näherem Hinsehen sogar am Hufblatt etwas Ungewöhnliches zu finden ist.

Über die Herkunft des deutschen oder korrekter Trivialnamens muss man nicht lange rätseln; der „Huf-“ gibt selbst den Hinweis: Die großen Blätter sind beinahe wie ein Hufeisen, allerdings mit ausgefülltem Innenraum, geformt. Der „-lattich“ hat keine spezielle sprachliche Wurzel, dieser Begriff wurde für viele Pflanzen mit großen Blättern verwendet. Der Trivialname entspricht also dem Habitus, dem Aussehen der Pflanze bzw. deren Blätter. Das ist schon einigermaßen seltsam, erscheinen doch die Blätter erst im Sommer, wenn die Blüten längst verwelkt und die Samen buchstäblich in alle Winde zerstreut wurden. Als Laie oder oberflächlicher Beobachter brächte man Blatt und Blüte vielleicht gar nicht in einen Zusammenhang, man hielte sie für zwei verschiedene Pflanzen. Nur aufmerksame und vor allem geduldige Naturbeobachter konnten seinerzeit den Zusammenhang erkennen, die trockenen, verwelkten Blütenstände waren dabei

sicher hilfreich. Logischer oder zumindest verständlicher wäre eine volkstümliche Namensgebung gewesen, die sich auf die schönen gelben Blütenkörbchen oder zumindest auf den frühen Blühtermin bezogen hätte – aber er heißt nun mal hauptsächlich Huflattich; aber auch Brandlattich, Chappeler, Eselschrut, Hitzblätter, Männerblume, Zytröseli, Märzblume!, Pferdefuß, Rosshub in verschiedenen Regionen des deutschsprachigen Raumes.

## Botaniker sind eigen

Genau da liegt der Grund, weshalb Wissenschaftler andere Bezeichnungen benutzen, nämlich die sogenannte, von dem großen schwedischen Systematiker Linné eingeführte binäre Nomenklatur. Gattungs- und Artnamen, kombiniert aus lateinischen Begriffen, lauten für den Huflattich „*Tussilago farfara*“. Der Gattungsname geht auf den Römer Plinius den Älteren zurück, den wir heute wohl als Naturwissenschaftler bezeichnen würden. In seiner „*Naturalis historia*“, seiner Naturgeschichte also, kann man darüber nachlesen. „Tussis“ ist der Husten, „agere“ steht für vertreiben, hier wird also schon die Bedeutung des Huflattichs als Heilpflanze deutlich; sie war bereits den Römern bekannt. Im Artnamen „*Farfara*“ steht „*far*“ für Mehl, also für die Farbe Weiß, „*fara*“ wohl abgewandelt für „*ferre*“, von tragen. Dieser Name bezieht sich aller Wahrscheinlichkeit nach auf die weißfilzige Behaarung der Blattunterseite. Der wissenschaftliche Name setzt sich also aus einem Begriff, der den pharmakologischen Aspekt betrifft, sowie einem weiteren, der den Habitus bzw. das Erscheinungsbild kennzeichnet, zusammen. Das ist nicht sehr häufig, auch nicht bei altbekann-





*Deutlich erkennbar sind die weiblichen Zungenblüten am Rand der Scheibe, in der Mitte die männlichen Röhrenblüten. Scheint keine Sonne, bleibt der Blütenstand fast geschlossen (kleines Bild).*

ten Heilpflanzen. Auch hier also kein Hinweis auf die frühe Blühzeit und die nach der winterlichen Eintönigkeit so herrlich sonnengelben Blüten. Auf den pharmakologischen Aspekt komme ich noch einmal zurück.

### **Fortpflanzung sichern, aber richtig!**

Aber genug der Namensanalysen, beschäftigen wir uns nun mit der Pflanze selbst, und zwar zunächst mit der Blüte. Dass der Huflattich zur Familie der Korbblütler (Asteraceae) gehört, stellt ihn in eine Reihe mit Schönheiten wie Arnika, Alant, Silberdistel, Kornblume und Wegwarte, aber auch mit Löwenzahn, einem weiteren Vertreter der „gewöhnlichen“ Allerweltpflanzen, den wir eigentlich auch als Einzelpflanze gar nicht mehr wahrnehmen und nur noch

als Blütenmeer bewundern.

Will man von der sich öffnenden Blüte Zeitrafferaufnahmen machen, so werden Langschläfer jetzt aufatmen: vor 7 Uhr morgens tut sich da gar nichts. Erst dann, mit dem aufkommenden Licht, öffnen sich die Blüten langsam. Über eine Stunde dauert es, bis der Blütenkorb vollständig geöffnet ist; bei bedecktem Himmel bleibt er sogar halb geschlossen. Photonastie nennt man diese Erscheinung bei Pflanzen. Dazu gehört, dass ein Reiz, in diesem Falle das Licht, einen ganz bestimmten Vorgang auslöst, das Aufblühen der Pflanze zum Beispiel. Die Richtung des Reizes spielt dabei keine Rolle. Der mechanische Vorgang selbst wird durch die sogenannte „Turgorbewegung“ ausgelöst, d. i. der Druck des Zellsaftes auf die Zellwände, der die Bewegung schließlich verursacht. Dieser Turgordruck

kann übrigens bei einigen Pflanzen sogar ziemlich schnelle Bewegungen verursachen: Das bekannteste Beispiel dürfte die Mimose sein, deren Blätter bei Berührungen regelrecht zusammenzucken.

Bei Sonnenschein aber können wir uns ausgiebig mit der Blüte und ihrem Aufbau beschäftigen – sinnvollerweise unter Zuhilfenahme einer Lupe. Die langen Blütenblätter des äußeren Kranzes sind weibliche Zungenblüten, von denen bis zu 300 in mehreren Reihen den Rand des Blütenkorbes bilden. Die Blüten auf der Scheibe im Inneren sind gleichmäßig fünfzipflige Röhrenblüten, bei denen lediglich die männlichen Teile funktionieren. Dieser Aufbau legt nahe, dass der Hufplattich ein Selbstbestäuber ist, denn weibliche und männliche Blüten liegen unmittelbar nebeneinander.

Wir werden gleich sehen, dass dies nur zum Teil der Fall ist. Zuvor aber schauen wir uns kurz an, was es denn mit Selbstbestäubung bzw. dem Gegensatz Fremdbestäubung überhaupt auf sich hat.

## Vorsicht, genetische Falle!

Selbstbestäubung (Autogamie), also das Bestäuben der weiblichen Blüten durch die eigenen Pollen, kommt bei Pflanzen häufiger vor als man zunächst annimmt; vor allem bei den sogenannten einhäusigen Pflanzen, bei denen weibliche und männliche Blüten an derselben Pflanze vorkommen. In der Landwirtschaft, wo solche Pflanzen als Selbstbefruchter bezeichnet werden, sind sie oft sogar darauf hin gezüchtet worden. Gerste und Bohne gehören

*Das erste Bestäuberinsekt hat sich niedergelassen. Auf dem Blütenstand im Vordergrund kann man gut erkennen, dass die männlichen Blüten noch geschlossen sind (s. Text!).*





*Sobald die Blütenstände sich geöffnet haben, richten sie sich zur Sonne bzw. allgemeiner ausgedrückt zur Lichtquelle hin aus, positiver Phototropismus wird das genannt.*

beispielsweise dazu, aber es gibt auch viele Beispiele bei den wildwachsenden Pflanzen. Der bekannteste Selbstbestäuber bei unseren einheimischen Orchideen z. B. dürfte die Bienen-Ragwurz sein.

Es ist kein Geheimnis, dass Selbstbestäubung gewisse Gefahren birgt. Sie verringert auf jeden Fall die genetische Variabilität und kann durch die sogenannte Inzuchtdepression zu weniger Nachwuchs bzw. zu Nachwuchs führen, der gegenüber den Widrigkeiten der Natur eine stärkere Anfälligkeit aufweist. Genau das ist der Grund, weshalb sich die Natur in vielen Bereichen gegen genau diesen Mechanismus gewappnet hat. So gibt es z. B. die genetische Selbstinkompatibilität, d. h. männliche und weibliche Geschlechtszellen (Gameten) derselben Pflanze „passen“ nicht zusammen und führen nach erfolgter Selbstbestäubung somit nicht zur Befruchtung. Manche Pflanzen trennen auch die Produktion männlicher und weiblicher Gameten zeitlich, d. h. sie

reifen zu unterschiedlichen Zeiten und verhindern so eine Selbstbestäubung; das Ganze nennt man Dichogamie; das sind nur zwei von vielen Beispielen dafür, wie die Natur den Vorgang der Selbstbestäubung verhindert. Auf anderer Ebene zieht sich diese Hemmschwelle sogar bis in unsere Kultur: Alle menschlichen Lebensgemeinschaften ächten die Inzucht.

Jetzt liegt wohl nichts näher als die Frage: warum dann überhaupt Selbstbestäubung? Wenn die Natur sie in gewissen Bereichen zulässt, dann muss damit ja wohl auch ein Vorteil verbunden sein. Genau so ist es auch. So bringt diese Eigenschaft besonders Pionierpflanzen, deren Verbreitungsstrategie auf große Entfernungen ausgelegt ist, erhebliche Vorteile. Ein einzelnes Individuum kann nämlich auf diese Weise die Basis für große Populationen bilden. Auch Extremstandorte ohne Bestäuber wie Insekten (Wüsten z. B.) sind Lebensräume, die von Fremdbestäubern ggf. nur in Randgebieten besiedelt werden



*Oben der Stiel mit den bräunlichen Hüllblättern sowie den Kelchblättern, Auf den drei Bilder unten erkennt man gut, dass alles bereits ausgebildet ist und dass hier praktisch nur noch Streckungswachstum stattfindet. Die Blüte öffnet sich schließlich so bald wie möglich.*

können. Inseln gehören ebenfalls zu den Lebensräumen, deren Vegetation oft einen hohen Anteil an Selbstbestäubern aufweist – die Gründe sind nach dem oben Gesagten naheliegend. So sorgt die Natur selbst durch Modifikation ihrer eigenen Gesetze dafür, dass das Leben auch an extremsten Standorten bzw. über weite Entfernungen hin Fuß fassen kann. Wir werden beim Betrachten der unterirdischen Pflanzenteile noch sehen, dass der Huflattich sogar noch ein dritte Art der Verbreitung entwickelt hat.

### **Flexibel sein ist alles!**

Auch die Verbreitungsstrategie des Huflattichs ist vordringlich auf große Entfernungen ausgelegt, wie wir noch sehen werden. Trotz dieser Eigenschaft und der Tatsache, dass männliche und weibliche Blüten dicht zusammen stehen, ist er hauptsächlich Fremdbestäuber. Das liegt ganz einfach daran, dass die Blüten vom Rand her aufblühen, also die weiblichen Blüten zuerst, was man mit viel Geduld übrigens sehr schön beobachten kann. Die weiblichen Blüten sind damit eher reif und werden so durch Pollen einer anderen Pflanze bestäubt, deren männliche Blüten bereits entwickelt sind. So sichert der Huflattich durch zeitliche Trennung bei der Reifung der Gameten die Fremdbestäubung. Andererseits kann, nach allem, was wir wissen, auch durchaus Selbstbestäubung vorkommen. Damit ist der Huflattich so flexibel, dass er die Vorteile beider Möglichkeiten nutzen kann, ohne die Nachteile in ihrer ganzen Tragweite in Kauf nehmen zu müssen; vor allem dann, wenn erst einmal ein Samenkorn an einem neuen Standort gekeimt hat.

**Reifer und noch unfertiger Fruchstand (hängend!).**



Aber beobachten wir unsere Blüten weiter über den Tagesverlauf. Dabei werden wir feststellen, dass die Blütenköpfe dem Lauf der Sonne folgen. Den Vorgang selbst können wir natürlich nicht sehen, die Bewegung ist für unsere Augen viel zu langsam. Dazu müssen wir entweder zum filmtechnischen Trick von Zeitraffer-Aufnahmen greifen oder in längeren Abständen die Ausrichtung der Blüten kontrollieren. Diese Eigenschaft von Pflanzen, sich zum Licht hin zu auszurichten, nennt der Wissenschaftler „Phototropismus“, in diesem Falle positiver P. (negativer P. wäre die Abwendung vom Licht, die gibt es auch im Pflanzenreich!). Auslöser ist hier ebenfalls der Lichtreiz, aber in diesem Fall ist die Richtung entscheidend, aus der der Reiz kommt. Wir haben weiter oben gesehen, dass bei der Photonastie die Richtung des Reizes keine Rolle spielt. Nun könnte man annehmen, dass auch dieser Bewegungsvorgang durch Änderungen des Turgors, also des Zelldruckes, verursacht wird. Das ist hier aber nicht der Fall. Hier greift ein weiterer Mechanismus ein, den Pflanzen entwickelt haben, um Bewegungen

ausführen zu können. Wir halten ja allgemein Pflanzen für ziemlich unbeweglich, was aber bei weitem nicht stimmt; ihre Bewegungen sind nur für unsere Augen extrem langsam.

## Hin zum Licht!

Der Mechanismus, der die Ausrichtung zum Licht verursacht, ist einfach einseitiges Längenwachstum im Pflanzenstängel, beim Huflattich allerdings kombiniert mit der Änderung des Turgordruckes. Auch hier ein anderes Beispiel: Kletterpflanzen wie Winden oder Efeu tun genau dasselbe. Die Spiralform der Ranken entsteht bei ihnen eben dadurch, dass die Ranke auf einer Seite schneller wächst als auf der anderen. Dagegen wird die (fast kreisende) Suchbewegung der Ranke durch Änderungen des Zelldruckes unterstützt.

Bleiben wir bei den Stielen des Huflattichs. Bräunliche, schuppenartige Hüllblätter kennzeichnen den kräftigen Stiel, der mit dem eingerollten Blütenkopf selbst die relativ feste Oberfläche eines Feldweges durchbrechen kann. Hilfreich dabei ist wohl, dass alle Or-

*Bei näherem Hinsehen, am besten mit einer Lupe, kann man die winzigen Drüsenhaare auf den Hüll- und Kelchblättern gut erkennen.*





Der Vergleich oben zeigt, dass Blattober- und Unterseite völlig unterschiedlich sind. Das mittlere Bild zeigt ein aufgeschnittenes Blatt; deutlich ist die Dicke zu erkennen und der feine weiße Rand zeigt den filzigen Überzug aus toter Pflanzensubstanz. Die beiden Vergleichsbilder unten zeigen, dass es sich tatsächlich um eine Art Haarfilz handelt (Wanderers Klopapier, s. Text!).

gane bereits vorgebildet sind, lediglich rasches Streckungswachstum ist erforderlich, um Blütenstand und Stiel die Erde durchbrechen zu lassen. Sehen wir genauer hin, werden wir feststellen, dass die Hüll- und Kelchblätter mit feinsten Drüsenhaaren dicht besetzt sind. Letztere dienen in der Regel der Exkretion bzw. der Sekretion. Ersteres ist die Ausscheidung von Stoffwechselprodukten, die beim Verbleib im Organismus diesen schädigen würden (Exkrete); vergleichbar wäre bei Säugetieren die Ausscheidung von Harn. Die Sekretion umfasst die Ausscheidung von Stoffen (Sekreten), die jedoch (in diesem speziellen Fall) außerhalb des Organismus eine Funktion zu erfüllen haben. Genau an dieser Stelle gibt es allerdings bis heute noch keine eindeutigen Erkenntnisse, aber, wie könnte es anders sein, konkrete Vermutungen. Da es sich hier oft um ätherische Öle handelt, könnte man zunächst schließen, dass sie den Pflanzen einen besonderen Geruch oder auch Geschmack verleihen, um Tiere vom Fressen der Pflanze abzuhalten. Da ätherische Öle definitiv das Wachstum von Bakterien und Pilzen hemmen, könnte es sich hier auch um einen Trick der Infektionsabwehr der Pflanzen handeln. Möglicherweise locken die Düfte aber auch Insekten an und dienen so zusätzlich der Sicherstellung der Bestäubung. Vielleicht ist es sogar eine Kombination aus allen drei Wirkungsmöglichkeiten.

## Die Basis

Damit kommen wir zum Wurzelstock des Huflattichs. Er ist der Grund, weshalb die einen (hauptsächlich Landwirte und Gärtner) ihn für ein kaum zu bekämpfendes „Unkraut“ halten, während

er für die anderen (die Freunde der Naturmedizin, ich komme darauf zurück!) eine beliebte und vielfältig anwendbare Heilpflanze ist; hierzu können wir gestrotzt auch noch jene Gourmets zählen, von denen die Blätter gerne dem Wildspinat, Salaten oder Eintöpfen beigelegt werden. Eine weitere Gruppe sind die Naturfreunde, die in ihm die eminent wichtige, weil zu dieser frühen Jahreszeit beinahe einzige Futterpflanze für Bienen, Hummeln und andere Insekten sehen. Und als vierte Gruppe sehen die Botaniker in ihm einen wichtigen Besiedlungspionier, unter anderem auch aufgrund seiner „unterirdischen“ Verbreitung.

Zunächst würden wir beim Ausgraben auf ein dünnes Rhizom, einen Erdspross also, stoßen. Das ist keine Wurzel, sondern ein Teil des Sprosssystems. Dann finden wir lange Ausläufer, mittels derer sich der Huflattich ebenfalls, in diesem Fall vegetativ, vermehren kann. Das ist die oben bereits angedeutete dritte Verbreitungsstrategie. Die Wurzel selbst auszugraben, nun, das ist eine recht schweißtreibende Angelegenheit. Bis zu einem Meter tief reichen sie, diese Tatsache und die erwähnten Ausläufer haben seinen Ruf als schwer auszurottendes „Unkraut“ begründet. Eine weitere, daraus resultierende positive Eigenschaft: Rutschhänge werden vom Huflattich kostengünstig befestigt!

Wenden wir uns nun den Blättern zu, die ja, wie wir schon wissen, erst lange nach dem Abblühen der Blütenstände erscheinen. Relativ dick und fleischig sind sie, an der Oberfläche oft mit einem seidigen Glanz versehen. Die Unterseite dagegen ist mit einem weißfilzigen Überzug versehen, der tatsächlich wie Filz aus einzelnen Haaren besteht. Hier handelt es sich vermutlich um ei-



*Der Fruchtstand bei trockenem Wetter und Sonnenschein. Die Reste der weiblichen Zungeblüten, die von der Umwandlung geblieben sind, kann man noch erkennen. Der Fruchtstand selbst ist nicht ganz so schön regelmäßig wie der des Löwenzahns, allerdings erkennt der Betrachter hier deutlich, dass die kleinen Schirmchen direkt auf den Samen aufsitzen.*



nen Verdunstungsschutz, vielleicht eingeschränkt auch Fraßschutz. Die Haare sind übrigens weiß, weil sie das Licht komplett reflektieren. Das heißt im Rückschluss, dass sie kein Chlorophyll enthalten; tatsächlich sind sie totes, luftgefülltes Gewebe. Nichtsdestotrotz verleiht dieser Filz den Blättern eine derartige Konsistenz, dass einige Menschen mangels anderer Alternativen darauf gekommen sind, die Blätter für hinterlistige Zwecke zu verwenden. Seitdem heißen sie auch „Wanderers Klopapier“.

## Fallschirmjäger

Ein Aspekt in der Fortpflanzungsbiologie des Huflattichs fehlt uns noch. Die oben erwähnten „großen Entfernungen“ haben wir noch nicht untersucht. Dieser Aspekt führt uns noch einmal zur Blüte zurück. Die befruchteten weiblichen Zungenblüten verwandeln sich im geschlossenen Blütenstand in Samen, mit denen es nun etwas besonderes auf

sich hat. Der Huflattich pflanzt sich fort, indem er seine Samen dem Wind anvertraut (Windverbreitung: Anemochorie). Das ist übrigens die häufigste Art der Samenverbreitung im Pflanzenreich, wobei sich die unterschiedlichsten Formen entwickelt haben. Um nur einige zu nennen: Es gibt Federball-, Körnchen-, Gleit-, Schrauben-, Scheibendreh- und Schirmflieger – die Aufzählung ist bei weitem nicht vollständig. Unser Huflattich gehört nun zu den Schirmfliegern, wie es beim Betrachten des reifen Samenstandes (Pustelblume wie der Löwenzahn, auch der Wiesenbocksbart und die Habichtskräuter gehören dazu!) unschwer zu erkennen ist. Die Konstruktion ist in der Tat ähnlich wie bei einem Fallschirm. Unten „hängt“ die Frucht bzw. das Samenkorn wie der Springer, darauf sitzt ein kleiner Stiel, dessen oberes Ende von einer kreisrunden Krone aus feinen Haaren gebildet wird. Beim Huflattich allerdings sitzt die kleine Haarkrone direkt auf dem Samen. Die meisten Korbblütler nutzen

*Zum Vergleich: Die Blütenstände von Löwenzahn (links) und Wiesenbocksbart (rechts). Das Fallschirmprinzip ist das gleiche, die Unterschiede liegen lediglich im Detail.*



diese Art der Konstruktion, hier und da mit kleinen Abwandlungen. Natürlich erfordert diese Bauart, dass der Fruchtstand sich nur bei Trockenheit öffnet; Nässe würde die Haare verkleben und damit den Erfolg gefährden.

Die Genialität dieser Konstruktion zeigt sich bereits beim geöffneten Fruchtstand. Er bietet dem Wind genügend Angriffsfläche, so dass dieser, wenn er denn kräftig genug weht, die Samen nach und nach mitnehmen kann. Jeder, der es versucht hat, weiß, dass man kräftig pusten muss, um beispielsweise den Fruchtstand eines Löwenzahns in die Winde zu zerstreuen: eine einfache Versicherung dagegen, dass die Samen vom kleinsten Hauch gelöst werden und gleich neben der Mutterpflanze landen. Die Schirmchen selbst sind durch die „angehängten“ Samen so perfekt ausbalanciert, dass „Kopflandungen“ praktisch ausgeschlossen sind. Das Samenkörnchen landet immer auf dem Boden. Da der Huflattich basophil ist, d. h. kalkhaltigen, feuchten Lehmboden bevorzugt und mit sauren Standorten nichts anfangen kann, ist es vorstellbar, dass nicht sehr viele der Früchte gerade solche Bodenstellen erreichen. Das ist einer der Gründe für die hohe Samenproduktion einer einzigen Pflanze, die je nach Zahl der Blütenstände durchaus in die Tausende gehen kann. Naturgemäß lassen sich die kleinen Fallschirmjäger nicht besonders gut verfolgen, aber es ist durchaus vorstellbar, dass sie zumindest einige Kilometer zurücklegen können. Die Samen des Sumpfgreiskrautes konnten jedenfalls von den Niederlanden bis in die Norddeutsche Tiefebene verfolgt werden.

## Die „ökologische Nische“

Bevor wir uns zum Schluss noch mit dem pharmakologischen Aspekt unseres Protagonisten befassen, sollten wir überlegen, wozu denn die bisher untersuchten Eigenschaften des Huflattichs gut sind. Die Evolutionstheorie verlangt ja, dass derartige Anpassungen der Spezies einen Vorteil verschaffen (oder auch deren viele). Schauen wir uns also an, welche Vorteile der Huflattich für sich verbuchen kann, und zwar aus der Sicht des Konkurrenzkampfes, der durchaus auch (vielleicht sogar gerade!?) unter Pflanzen stattfindet. Mit anderen Worten: welche ökologische Nische nutzt der Huflattich?

Zunächst haben wir natürlich den frühen Blühtermin, der die Konkurrenz anderer Blütenpflanzen um die (auch noch wenigen) Bestäuberinsekten verringert, was wiederum die Chance für eine erfolgreiche Bestäubung erhöht. Das gleiche trifft auf die Blütenstände selbst zu, markant und auffällig statt unscheinbarer Einzelblüten. Der frühe Blühtermin bringt aber auch einen Nachteil mit sich: für eine ausreichend ergiebige Assimilation (bei den grünen Pflanzen wird sie auch Photosynthese genannt), d. h. den Aufbau von Zucker (Glukose) aus Kohlenstoffdioxid und Wasser unter Energiezufuhr durch Sonnenlicht genügt die Stärke der tiefstehenden Sonne noch nicht. Da ist die zeitliche Trennung von Fortpflanzung (Blüten) und Assimilation (Blätter) sinnvoll. Wenn die Blätter erscheinen, hat die Sonne bereits einen Stand erreicht, der dafür mehr als ausreichend ist. Ein positiver Aspekt bei den benötigten Standortfaktoren: derart karge Standorte sind auch im Sommer bei anderen Pflanzen nicht sehr „beliebt“, daher können sich die großen

Blätter relativ ungestört ausbreiten. Das unterirdische Rhizom und seine Ausläufer hingegen bietet „Speicherplatz“ für wichtige Nährstoffe, Frost- und Lichtschutz und ist, wie wir gesehen haben, ein zusätzlicher Mechanismus zur Verbreitung der Spezies.

## Gesundheit!

Der Huflattich ist eine seit alters her bekannte Heilpflanze. Schon in den Hochkulturen des Mittelmeerraumes waren die heilsamen Wirkungen bekannt (Plinius z. B. Habe ich oben bereits erwähnt), und man kann allein schon ob seines großen Verbreitungsgebietes sicher davon ausgehen, dass er auch schon lange vor der Entwicklung dieser Kulturen als Heilpflanze bekannt war. Selbst im so „finsternen“ Mittelalter ging dieses Wissen nicht verloren und erhielt sich über die beginnende Neuzeit – bis in unsere in der medizinischen Wissenschaft so „fortgeschrittene“ Ära.

Was die Inhaltsstoffe angeht, so haben wir hauptsächlich Schleimstoffe und Inulin (eine Zutat in der Lebensmittelherstellung, im Joghurt z. B.), Gerbstoffe, Flavonoide (Flavonoide sind prinzipiell Farbstoffe und in vielen Pflanzen vorhanden, somit auch in der menschlichen Nahrung. Ihnen werden besonders antioxidative Eigenschaften zugeschrieben). Die Pflanze enthält allerdings auch Pyrrolizidinalkaloide, letzteren wird eine leberschädigende und krebserzeugende Eigenschaft zugeschrieben. Das ist der Grund, weshalb Anwendungen des Huflattichs einmal im Jahr nicht länger als 4-6 Wochen dauern sollen.

Die Droge selbst wird aus den Blättern gewonnen. Ihre Schleimstoffe wirken reizmindernd, in der Volksmedizin verwendet bei trockenem Reizhusten,

chronischer Bronchitis sowie auch bei Staublunge. Bei chronischen oder akuten Reizzuständen im Mund- und Rachenraum hilft Gurgeln. Man muss sich übrigens nicht die Mühe des Sammelns machen, Tee aus Huflattichblättern gibt es fertig auch in jeder Apotheke.

Bleibt nachzutragen: Die Bestimmung ist bei dieser Pflanze sehr einfach, der Huflattich ist nämlich der einzige Vertreter seiner Gattung!

## Literaturhinweise:

**Burkhard Bohne, Peter Dietze:** Taschenatlas Heilpflanzen, Verlag Eugen Ulmer KG, ISBN-13: 978-3-8001-4759-5, Stuttgart 2005

**Förderkreis des Arzneipflanzengartens e. V.,** Institut für pharmazeutische Biologie, TU Braunschweig (Herausgeber): Arzneipflanzengarten – Gartenführer zum Arzneipflanzengarten, Braunschweig 2005

**Hans E. Laux, Alfred Tode:** Heilpflanzen: Wachstum – Wirkung – Blüte, Umschau-Verlag Breidenstein GmbH, ISBN: 3-524-75009-5, Frankfurt/Main 1990

**Peter Hagemann, Martin Egli:** Botanik mit der Lupe – Beobachtungen und Versuche, Kosmos-Bibliothek, Franckh'sche Verlagshandlung W. Keller & Co., ISBN: 3-440-00295-0, Stuttgart 1977

**Josef F. Klein:** Unkraut verdirbt nicht – Verbreitung der Art im Pflanzenreich, Kosmos-Bibliothek, Franckh'sche Verlagshandlung W. Keller & Co., ISBN: 3-440-00278-0, Stuttgart 1973



*Tussilago farfara*