

# Nordufer

## Schöne und heilende Pflanzen am Nordufer-Wanderweg



Erzengelwurz



Nachtkerzenblüte

### Bäume an der oberen Böschung

Wissen Sie, welche Pflanze die Wohnstätten der Feen schützt, wo die meisten Singvogelarten mit Vorliebe nisten oder woraus die Dornenkrone Christi geflochten wurde?

Auf alle drei Fragen gibt es nur eine Antwort - Weißdorn. Er wird auch Hagedorn, Christdorn, Heckendorn oder Mehlbeerbusch genannt. Er bevorzugt trockenwarme Standorte und ist ein Kalkbodenzeiger. Hier bildet der Eingriffelige Weissdorn baum- und strauchartige Formen. Die ältesten Exemplare am Nordufer sind 60-70 Jahre alt.

Die Blüten ab Mai sind Nahrungsspender und Lebensraum für zahlreiche Kleintiere, in Mitteleuropa für 150 Insekten- und 30 Singvogelarten. Keine Katze oder andere Nesträuber trauen sich in die bedornten Zweige. Die Vögel naschen im Winter die rot leuchtenden Früchte. Blüten, Blätter und Früchte werden als stärkende Mittel für den Herzmuskel und gegen Bluthochdruck verwendet.

### Uferpflanzen

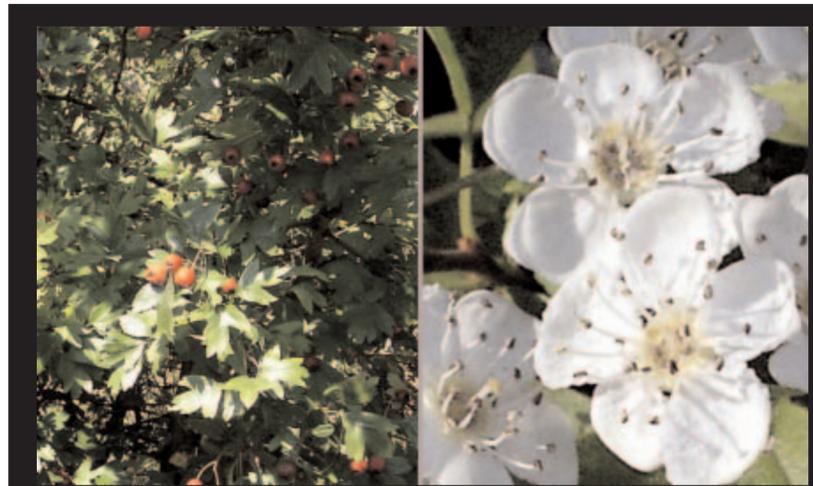
Die **Erzengelwurz** gehört zum Bestand der Hochstaudenfluren an Ufern langsam fließender Gewässer. Sie kann hier über einen Meter hoch werden. Selbst in Lappland kommt sie vor.

Im Mittelalter kauten die Menschen ihre Wurzel, um sich vor der Pest zu schützen. Den Namen Engelwurz erhielt die Pflanze, weil der Sage nach ein Engel den Menschen von ihrer Heilkraft erzählte. Die Erzengelwurz ist auch heute noch ein Heilmittel. Die Wurzel hilft bei Rheuma, Bronchitis Appetitlosigkeit und Magen-Darm-Beschwerden. Das Wurzelöl ist ein wichtiger Bestandteil von Magenlikören. Junge Blätter und Sprosse eignen sich für Salate und Gemüse.

### Halbtrockenrasen

Die Gewöhnliche **Nachtkerze** gelangte im 17. Jahrhundert aus Nordamerika nach Europa. Sie verträgt trockene Bedingungen an offenen Standorten. Im ersten Jahr entwickelt sich die Blattrosette, im nächsten Jahr folgt der Stängel mit den gelben Sommerblüten, die von unten nach oben aufblühen. Die Nachtkerze hat einen intensiven Duft am Abend, wenn sich die meisten Blüten öffnen. Dann werden viele Nachtschmetterlinge angelockt.

Die Fruchtkapsel enthält kleine Samen, aus denen ein wertvolles Arzneiöl gewonnen werden kann. Es hilft gegen Neurodermitis, entzündliche Magen-Darm-Beschwerden, Allergien und Asthma. Auch als Hautpflegemittel wird das Nachtkerzenöl verwendet.



Weißdorn