

Efeu - eine tropische Liane

Liebe Liese

Vor wenigen Jahren, im November. Vom Beerimoos her kommend schritt ich forsch Richtung Grüt. Nebel lag über dem Acker und dem Weidli. Leichter, sanfter Nebel, der sich bereits lichte-te, sich sachte senkte und am Waldrand vor mir einige zypressenartige Gebilde freigab. Wie Säulen standen sie da, eine neben der anderen, sich nach oben verjüngend. Satt grün hoben sie sich gegen das dunkle Blaugrau der Tannen ab. Zypressen? Ich riss die Augen auf: Es waren von Efeu dicht umhüllte Fichtenstämme.



Kletterheu

Efeu wurde bis vor etwa dreihundert Jahren noch mit „Ph“ geschrieben und Ep-Heu ausgesprochen. Heu hiess der Efeu darum, weil man die für Wiederkäuer ungiftigen Efeublätter vor allem in strengen Wintern Schafen und Ziegen verfütterte. Dann wurde aus dem „Ph“ ein „F“ und diese Bedeutung ging vergessen. Vielleicht fragst du dich, was denn „Ep“ aussagt? Ich habe zwei Erklärungen gefunden: Die einen leiten „Ep“ vom alten Wortstamm „ifig“ ab, das „klettern“ bedeutet. Von „ifig“ stammt übrigens auch das englische Wort für Efeu: Ivy. Die anderen schreiben Efeu dem althochdeutschen Wort „phihouwi“ zu, das „Ewiges Heu“ heisse.

Wintergrün

Andere Namen des Efeus sind Immergrün und Wintergrün. Zu Recht! Die uns wohlvertrauten immergrünen Efeublätter sind drei bis fünflappig, ähneln Weinblättern, sind lederartig, und stets nach unten gerichtet. Zudem besitzen sie sogenannte Träufelrinnen und Träufelspitzen, welche das Regenwasser oder die Nebelnässe schnell ableiten.

Diese Träufelrinnen und -spitzen seien Hinweise, dass der Efeu ursprünglich ein Tropengewächs war und aus jener Epoche vor einigen Millionen Jahren her stammt, als in Mitteleuropa tropische Regenwälder wuchsen. Tatsächlich wird der Efeu den Araliengewächsen zugeordnet, die heute hauptsächlich in den Tropen vorkommen.



Zwar ist der Efeu als ganzes immergrün, doch ein einzelnes Blatt wird nur etwa drei, allerhöchstens vier Jahre alt. Der Efeu verliert daher ständig einen Teil seiner Blätter, der Hauptblattfall liegt aber im späten Frühjahr, was ebenfalls ein Indiz seiner tropischen Herkunft sei.

Rankenefeu



Andere Namen wie Mauerwinde, Mauerpfau und Mauerewig weisen darauf hin, dass sich Efeu an Bäumen, Mauern, Zäunen und Felsen hinaufkranzt. Doch keineswegs existiert der Efeu nur als Kletterkünstler. Zuerst einmal wachsen die jungen Efeupflanzen auf dem Boden kriechend und immer wieder – bei jedem neuen Blatt ist das möglich! – neue Nährwurzeln bildend.

Auf diese Weise kann Efeu grosse Flächen bedecken und wird deshalb in Gärten gerne als immergrüne Bodendecker angepflanzt.



Erst wenn Efeutriebe auf ein senkrechtes Hindernis treffen, klettern sie daran empor. Winzige Haftwurzeln spriessen aus den Trieben und halten die nun hinaufkranzende Pflanze am Untergrund fest. Die Haftwurzeln sondern nämlich ein Sekret ab, welches wie ein Superkleber wirkt. Wichtig ist: Die Haftwurzeln des Efeus dringen nicht in Borken und Rinden seines Stützbaumes ein und vermögen weder Wasser noch Nährstoffe aufzunehmen. Vielmehr bleibt der kletternde Efeu sein ganzes Leben lang über seinen „Stamm“ mit seinen Wurzeln im Boden verbunden und wird von diesen versorgt. Der Efeu ist übrigens der einzige einheimische Wurzelkletterer, abermals ein Anzeichen seiner tropischen Herkunft.

Baumlaub

Wenn die Efeupflanze etwa zehn Jahre lang emporgewachsen ist, immer ganz dicht an der Kletterhilfe anliegend – sie hat jetzt eine beträchtliche Höhe erreicht – bilden sich völlig anders geartete Zweige. Diese sogenannten adulten Zweige sind frei hängend, stehen von Baum oder Mauer ab, besitzen keine Haftwurzeln mehr und die Blätter sind nicht mehr mehrlappig, sondern länglich einförmig. Und nur an diesen Zweigen entwickeln sich nun jeweils im Oktober bis November unzählig viele kugelige, aus zahlreichen grünlich-gelben Einzelblüten zusammengesetzte Blütendolden. Beim niederliegenden Efeu wirst du folglich niemals Efeublüten finden!



Efeu blüht im Herbst – zur Unzeit quasi, jedoch zum Wohle vieler Insekten, für die er, pollen- und nektarreich, im Spätherbst eine der wichtigsten Nahrungsquellen darstellt. Stell dir vor: Ein einziger Efeu bringt durchschnittlich 300'000 Blüten hervor! Zuhaut tummeln sich Schwebefliegen, Bienen, Wespen, Hornissen und Schmetterlinge in und um die wohlriechenden Efeublüten. Die Efeu-Seidenbiene ist sogar ganz und gar von den Efeublüten abhängig und hat sich an seine

späte Blütezeit angepasst. So erwachen diese Seidenbienen erste Ende August (die Männchen) und anfangs September (die Weibchen) aus ihrer „Winterruhe“. Nach erfolgreicher Begattung graben die Weibchen Löcher in sandige, lössige Stellen, füllen eine genügende Menge an Efeu-

pollen hinein und legen je ein Ei dazu, bevor sie die Löcher mit einer seidigen Haut verschließen.

Die für uns Menschen sehr giftigen Früchten des Efeus reifen während des Winters zu blauschwarzen, erbsengrossen Beeren heran und sind im zeitigen Frühjahr für Amseln, Drosseln, Stare und Bundspechte eine willkommene Nahrungsquelle.



Der Efeu entwickelt sich vom niederliegenden Kraut zur strauchähnlichen Liane, seine blühfähigen, abstehenden Zweige bilden eine regelrechte „Baumkrone“. Zweige und Stamm verholzen allmählich und so wird er nach vielen Jahrzehnten selber zum Baum – der aber niemals selber stehen kann! Der Efeu kann gut

und gerne 200 bis 500 Jahre alt und bis zu 30 Meter hoch werden mit einem Stammdurchmesser bis zu einem Meter. Im Winter, wenn die Bäume ihr Laub abgeworfen haben, kommt seine wahre Pracht zutage!

Baumwürger



Baumwürger und Baumtod sind Namen des Efeus, die auf uralten Aberglauben und Unwissenheit zurückgehen. Bereits der griechische Naturforscher Theophrast war 300 Jahre vor unserer Zeitrechnung davon überzeugt, dass der Efeu ein Schmarotzer sei. „Geht der Efeu an Bäumen empor, so ist er ihnen schädlich, indem er sie aussaugt“, schreibt er. Doch die Haftwurzeln des Efeus dienen nur der Fixierung desselben und nehmen keine Nährstoffe auf. Vielleicht lässt sich diese fatale Falschinterpretation dadurch erklären, dass der Efeu viel älter werden kann als sein Stützbaum. Stirbt dieser ab, sei es durch Krankheit, sei es wegen seines hohen Alters, so kann sich der Efeu, bis anhin durch den Schatten der Baumkrone in Schach gehalten, voll entfalten

und so sieht es aus, als ob der Efeu den Baum erwürgt hätte.

Im Gegenteil zu der Mär ist der Efeu für seinen Stützbaum und die Waldgemeinschaft in vielerlei Hinsicht überaus nützlich, vor allem, weil er die Artenvielfalt ungemein fördert:

- der Efeu schützt seinen Stützbaum vor extremen Witterungseinflüssen, vor allem Frost und Sonneneinstrahlung;
- die späte Blütenzeit ist für Dutzende Insektenarten überlebenswichtig;
- dutzende Schmetterlinge- und Käferarten fressen Efeublätter, -triebe, -holz;
- die vielen Insekten sind Nahrungsgrundlage für viele Vögel und Fledermausarten, welche im dichten Geflecht des Efeus zudem Schlaf- und Nistplätze finden;
- Efeufrüchte wiederum sind im Winter und Vorfrühling wichtige Nahrungsressource vieler Vogelarten;
- zahlreiche Pilze leben am Efeu;
- der Laubfall im späten Frühjahr fördert das Bodenleben und somit die Ernährung des Stützbaumes.

Hedera Helix

Obwohl Blätter, Triebe, Holz, Harz und Blüten des Efeus leicht giftig, die Beeren sogar sehr giftig sind, wurden seine verschiedenen Bestandteile seit alters her als Heilmittel gegen vielerlei Gebrechen genutzt. Im 2010 wurde der Efeu – Hedera Helix mit wissenschaftlichem Namen – zur Heilpflanze des Jahres ernannt.

Der Extrakt aus frischen Blatttrieben wirkt schleimlösend, entkrampfend, auswurfördernd und entzündungshemmend. Eine perfekte Kombination gegen alle Bronchialkatharre! Bereits Kräuterpfarrer Künzle empfahl den Tee von Efeublättern gegen Keuchhusten. Es gibt eine hübsche Geschichte über die Entdeckung des Efeus als Hustenmittel: In Südfrankreich soll sich zu Beginn des letzten Jahrhunderts ein Arzt gewundert haben, dass die Kinder in seiner Region selten bis nie an Husten litten. Er ging der Sache nach und entdeckte, dass die Kinder ihre Milch aus Bechern tranken, die aus Efeuholz geschnitzt waren.

Innerlich soll Efeu zudem bei Leber-, Gallen-, Milzleiden und Gicht nützen. Äusserlich – als Umschlag oder Badezusatz – bei Hautentzündungen, Wunden, Ekzemen, Rheumatischen Gelenkschmerzen und Zellulitis.

Weil Efeublätter etwa fünf Prozent Saponine enthalten (von lateinisch „sapos“, Seife), kannst du aus ihnen leicht ein biologisches Wasch- und Spülmittel herstellen. 60 Gramm Efeublätter schneidest du klein und lässt sie in sechs Deziliter leicht kochendem Wasser etwa fünf Minuten ziehen. Abseihen, fertig!

Kissos

Dionysos, der griechische Gott der Fruchtbarkeit, des Weines, der Freude, der Ausgelassenheit, des Rausches und der wilden Raserei, und sein Gefolge waren stets mit Efeukränzen geschmückt. Dionysos hiess darum auch Kissophros, Efeuträger, und der Efeu war Dionysos geweiht. Das kam vielleicht daher, dass der Efeu den jungen Dionysos einst vor der rachsüchtigen Göttin Hera gerettet hatte.



Die Efeukränze dienten aber nicht nur als Schmuck, sondern sollten bei Festen und Trinkgelagen die erhitzten Stirnen und Gemüter kühlen, ja gar die Trunkenheit mässigen. Noch vor fünfhundert Jahren empfahl Hieronymus Bock gegen die Folgen der Trunkenheit: „Efeublätter gestoßen mit Essig und ein wenig Rosenwasser dazu genommen, ist ein köstlich Arznei für das grausam Hauptweh“.

Efeu ist nach wie vor ein Symbol für Geselligkeit und Heiterkeit, für Freundschaft und Treue – und auch für die Ewigkeit. Du findest ihn in Brautsträussen, Weihnachtsdekorationen – und als Grabschmuck. Die Namen Totenranke und Ewig zeugen davon.

Für ewig dein – scheint der baumumrankende Efeu seinem Stützbaum zuzuraunen.

Verena

NB: Weitere Informationen und Quellenangaben unter www.liebe-liese.ch/efeu/