

# Der Befreiende

**R**obust, äußerst schnellwüchsig, wuchtig, artenreich und anpassungsfähig – der Eukalyptus ist ein Baum der Superlative. Mehr als 600 Arten sind bekannt. Mit seinen gewöhnlich bis zu 70 Metern zählt er zu den größten Bäumen der Erde. Mit 132,58 Metern hält ein im 19. Jahrhundert gemessener australischer Rieseneukalyptus den Rekord.

Ein internationales Forscherteam um den südafrikanischen Biotechnologen Alexander Myburg entzifferte fünf Jahre lang die genetische Basis einer Eukalyptusart und veröffentlichte erst im vergangenen Jahr Erstaunliches: Etwa ein Drittel der Gene, die für die Bildung von Proteinen zuständig sind, ist beim Eukalyptusbaum jeweils zweifach hintereinander vorhanden. Möglicherweise sei das der Grund für das schnelle Wachstum. Außerdem habe der Eukalyptusbaum unter allen bisher untersuchten Pflanzen die größte Anzahl von Genen, die für die Bildung sogenannter sekundärer Pflanzenstoffe verantwortlich sind. Zu diesen Stoffen zählen vor allem die Terpene und verschiedene leicht flüchtige Öle, die die Pflanzen vor Insekten

und Bakterien schützen. Das macht den Eukalyptus, der zu den Myrtengewächsen gehört, so widerstandsfähig – und davon profitieren auch Koala und Mensch.

Der flauschige Waldbewohner Australiens ist das einzige Lebewesen, für das die Blätter nicht giftig sind. Denn viele Eukalyptusarten enthalten die toxisch wirkende Blausäure. Ein proteinreicher, vorverdauter Eukalyptusbrei der Mutter gewöhnt die Jungen an die giftigen Blätter. Ihr Verdauungssystem kann das Gift dann bis zu einem gewissen Grad neutralisieren.

Das extrahierte ätherische Öl der Blätter ist dagegen nicht giftig, so können auch wir Menschen von der keimtötenden Kraft des Eukalyptus profitieren. Eukalyptusöl wird häufig in Hustenbonbons, Erkältungsbädern sowie wegen seiner desodorierenden Wirkung in Zahncremes und Mundwässern eingesetzt. Die Hauptkom-



## EUKALYPTUS // EUCALYPTUS GLOBULUS AUCH BLAUGUMMIBAUM ODER GEWÖHNLICHER FIEBERBAUM GENANNT



### Wertvolle Naturarznei

Eukalyptusblätter enthalten 1,5 bis 3,5 Prozent ätherisches Öl. Der Hauptbestandteil dieses Öls ist Cineol (Eucalyptol). Es wirkt nachweislich gegen Erkältungen

und rheumatische Symptome. Weitere Bestandteile sind Alpha- und Beta-Pinen und verschiedene Monoterpene sowie Gerbstoffe. Eukalyptusöl wird durch Wasserdampfdestillation aus den frischen Blättern oder frischen Zweigspitzen verschiedener cineolreicher Eukalyptusarten gewonnen. Die Blätter duften kräftig aromatisch, ähnlich wie Kampfer.



### SANFT BEI ERKÄLTUNGEN

#### Löst Hustenschleim



Im Wasserdampf beseitigen die flüchtigen Substanzen des Eukalyptusöls beim Inhalieren den Sekretstau in der Nase, in den Nebenhöhlen und in den Bronchien. Bei Kleinkindern sollten aber nur ein bis zwei Tropfen Öl auf das Kopfkissen gegeben werden.

## »Die Natur ist unser bester Lehrer.«

Edna Walling (1895–1973), australische Landschaftsarchitektin

ponente und der wirksamkeitsbestimmende Inhaltsstoff im Eukalyptusöl ist das Eucalyptol. Dieses ätherische Öl ist es auch, dass gegen Erkältungen und rheumatische Symptome wirkt. Es hilft durch antibakterielle und fungizide Wirkung gegen Krankheitskeime, wirkt hustenreizstillend, schleimlösend und fördert den Abtransport von Bronchialschleim. Eukalyptusöl darf jedoch nicht bei Kindern unter vier Jahren verwendet werden. Schleimhautreizungen und Krämpfe der Atemwege können die Folge sein. Bei Erwachsenen kann eine Überdosierung zu Übelkeit, Erbrechen und Durchfall führen. Bei Entzündungen in Magen und Darm, der Gallenwege und bei schwerem Leberleiden dürfen Eukalyptusöl-Zubereitungen überhaupt nicht angewendet werden.

Gegen Darminfektionen durch Bakterien oder Parasiten ist Eukalyptusöl dagegen äußerst wirksam. Ebenso kann das Öl bei Husten und Schnupfen in kleinen Mengen innerlich bedenkenlos eingenommen werden. Dafür trinkt man dreimal täglich etwa zwei bis vier Tropfen Öl in 150 Milliliter warmem Wasser. Hauptsächlich wird das Öl äußerlich oder inhalativ zur Behandlung von Atemwegserkrankungen und bei Muskel- und Gelenkschmerzen verwendet. Und verdampft man Eukalyptusöl in der Duftlampe, soll sich sogar die Konzentration von Viren oder Bakterien (Pneumokokken oder Streptokokken) in der Raumluft um 70 Prozent reduzieren. Das kann Mandel- und Nasen-

nebenhöhlenentzündungen vorbeugen. Er ist eben ein echter Freund, dieser Eukalyptus, nicht nur für Koalas. ➡ ank

### Bewährt bei ...

... Atemwegserkrankungen,  
Rheuma,  
Darminfektionen,  
Hautproblemen,  
Kopfschmerzen,  
Zahnwurzelentzündungen



portofrei

natürlich BUCHTIPP

### SOS Hustenzwerg

**Autorin: Ingrid Kleindienst-John**  
Dieser Familienratgeber gibt Eltern Tipps im Umgang mit ätherischen Ölen, Hydrolaten und Tees und beschreibt, ab welchem Lebensalter welche Pflanze angewendet werden kann, auch Eukalyptus.  
**238 Seiten | 29,90 Euro |**  
Freya Verlag

**Online bestellen:**  
[www.gesundbuchshop.de](http://www.gesundbuchshop.de)

# KRAFTVOLL. WERTVOLL. AKTIV. So wohl im Winter!



Mehr Informationen unter [www.neuseelandhaus.de](http://www.neuseelandhaus.de)