

Tipp für Kids

Basteln, Bauen & Brauen

Efeu enthält bestimmte Stoffe, die schäumen. Sie heißen Saponine (Das kommt vom lateinischen Wort *Sapo* für Seife). Nimm ca. zwei Handvoll Efeublätter und fülle sie in einen Waschbeutel. Diesen kannst Du dann direkt in die Waschmaschine mit Deiner dreckigen Wäsche geben. Nicht wundern: Die Wäsche wird sauber, riecht aber nicht (weil keine Duftstoffe enthalten sind). Bitte vorher mit Deinen Eltern darüber sprechen, ob sie mit Deinem naturnahem Waschversuch einverstanden sind (auch weil einige Menschen allergisch auf Efeu reagieren). Außerdem lassen sich im Winter schöne Kränze und Kugeln mit Efeu binden.

Garten-Tipp

Wenn Sie etwas für die Efeu-Seidenbiene (*Colletes hederæ*) tun wollen, pflanzen Sie Efeu! Am besten nehmen Sie hierfür direkt den Steckling eines Blütentriebes. Wenn Sie genügend Platz und die Möglichkeit haben, legen Sie zusätzlich ein kleines Sandbeet an, möglichst in sonniger Lage (ca. 2 qm, ca. 0,6 m tief; am besten lehmigen Sand, auf keinen Fall aber gewaschenen Sand verwenden). Dann haben Sie die wichtigsten Requisiten geschaffen: die Haupt-Pollenfutter-Pflanze sowie eine Nistmöglichkeit!

Weitere Infos: www.wildbienen.info/downloads/Efeu-Seidenbiene-Merkblatt.pdf

Übrigens

Nicht nur der Efeu wird „Eppich“ genannt (s.o.), auch andere Pflanzen, z.B. der Echte Sellerie (*Apium graveolens*). Der Wortstamm von Eppich wird auf *Apis* (lat. „Biene“) hergeleitet, bedeutet also eine von Bienen bevorzugte Pflanze.

Hrsg.: Eva-Lorenz-Umweltstation, Neersen 2020

Text und Fotos: Dipl.-Biologin Pia Kamberg

Hinweise zu Heilwirkungen ersetzen nicht den Rat von Ärzten, Apothekern oder Heilpraktiker*innen. Keine Haftung für unsachgemäße Anwendung der vorgestellten Behandlungs- und Zubereitungsmethoden oder durch falsche Nutzung der Wildpflanzen. keine Übernahme der Verantwortung für medizinische Forderungen.

Quellen (Auswahl): DÜLL R. & H. KUTZELNIGG (2005): Botanisch-ökologisches Exkursionstaschenbuch; Westrich, P.: (2019): Die Wildbienen Deutschlands, 2. Auflage; ROTH, M., DAUNDERER, M. & K. KORMANN (1984): Giftpflanzen - Pflanzengifte. Vorkommen, Wirkung, Therapie, 2. Auflage; verschiedene Internetquellen, z.B. https://www.wildbienen.info/steckbriefe/colletes_hederæ.php, <https://www.youtube.com/watch?v=aL84PuVWCOM>, http://region-hannover.bund.net/uploads/media/Efeu_und_Baeume.pdf

Pflanze des Monats Dezember:

Gewöhnlicher Efeu *Hedera helix*



*Sinnbild der Treue und
des ewigen Lebens,
Symbol der Heiterkeit,
Geselligkeit und Freundschaft*

Eine von Kopf bis Fuß spannende Pflanze

Der Gewöhnliche Efeu gehört zur Familie der Efeugewächse (*Araliaceae*) – als einziger Vertreter in Mitteleuropa dieser zumeist tropisch verbreiteten Familie.

Es handelt sich um einen immergrünen, verholzenden Kletterstrauch, der bis zu 20 m Länge erreichen kann. Dabei dienen die sprossbürtigen Haft- oder Luftpfeiler dazu, an anderen Pflanzen, z.B. Bäumen, oder an Felsen, Mauern, Ruinen oder Hausfassaden Richtung Licht in die Höhe zu wachsen. Die Versorgung der Pflanze mit Wasser und Nährstoffen übernehmen die „normalen“, im Boden verankerten Nährwurzeln.

In Wäldern und Parks wächst Efeu auch kriechend und bodendeckend in der schattigen Krautschicht – bis er einen geeigneten Baum findet, an dem er dann hochwächst.

Ein besonderes morphologisches Kennzeichen ist die Verschiedenblättrigkeit des Efeus: Die jungen, eher im Schatten wachsenden, noch nicht blühfähigen (sterilen) Triebe weisen die bekannten, drei- bis fünf-lappigen Blätter auf. Die älteren Blütentriebe haben ungelappte, zugespitzt verkehrt-eiförmige bis rhombische Blätter.

Blühfähig wird Efeu frühestens mit einem Alter von 8-10 Jahren. Die senkrecht wachsenden Blütentriebe weisen keine Haftwurzeln mehr auf und können im Alter selbst kleine Blattkronen bilden. Somit weist die Pflanze auch einen Dimorphismus der Sprossachse auf.

Unberechtigtes schlechtes Image

Die Haftwurzeln, die lediglich zum Anheften an die Unterlage dienen, schädigen nicht – wie vielfach verbreitet – intaktes Mauerwerk, sondern schützen es im Gegenteil, z.B. vor starken Temperaturschwankungen. Nur wenn das Mauerwerk bereits vorgeschädigt ist, vermag der Efeu tiefer ins Mauerwerk einzudringen. Bei Hausfassaden, die 20 m Höhe unterschreiten, sollte man allerdings dafür sorgen, dass die dem Licht entgegenwachsenden Triebe nicht unter die Dachziegel wachsen, weil sie imstande sind, die Ziegel anzuheben. Hier helfen Sichtkontrollen und ein regelmäßiger Rückschnitt unterhalb des Dachfirstes.

Der Aufwand lohnt sich – filtert doch eine efeubewachsene Hauswand Feinstaub aus der Luft, sorgt für ein ausgewogenes Kleinklima und ist Quell von Leben – mitten im städtischen Raum.

In einer Studie konnten am Efeu allein 68 verschiedene Insektenarten als Blütenbesucher festgestellt werden. Diese wiederum sind die Nahrungsgrundlage für Insekten jagen- de Fledermaus- und Vogelarten (z.B. Amsel, Singdrossel, Zaunkönig).

Die unscheinbar von August bis November gelblich blühenden Blüten sind Haupt-Pollenquelle für die Efeu-Seidenbiene (*Colletes hederæ*), die zwar auch auf andere Quellen spätblühender Arten nutzen kann (z.B. *Calluna vulgaris* = Sand-Heide), aber dennoch sehr eng an das Vorkommen blühender Efeubestände gebunden ist.

Efeu schließt also mit seiner Blütezeit insbesondere für spät fliegende Blütenbesucher eine wichtige Lücke im Blühan- gebot und ist damit durchaus eine Besonderheit in unserer heimischen Flora. Auch Honigbienen profitieren von der späten Tracht.

Die späte Blüte bedingt auch eine verzögerte Reife der dunkelviolettschwarzen Beerenfrüchte (Januar bis April). Sie sind im Spätwinter/Vorfrühling wichtige Nahrungsquelle für beerenfressende Standvögel (z.B. Amsel, Rotkehlchen) oder früh zurückkehrende Zugvögel (z.B. Stare).

Ganz schön (und) alt:

Der immergrüne Efeu kann über 400 Jahre alt werden. Kein Wunder, dass er als Sinnbild der ewigen Treue und des ewigen Lebens gilt!

Vorkommen

Natürliche Vorkommen sind krautreiche, lichte Laubwälder, Parks, Felsen und Mauern. In den Alpen bis ca. 1.230 m. In Gärten und Parks häufig angepflanzt und von dort aus verwildert.

Der Efeu blüht je nach Standort von August – November und zählt zu den Herbst- und Winterblühern. Er ist außerdem ein Lichtblüher, im Schatten bleibt er steril.

Blütenbesucher: Wildbienen, z.B. Efeu-Seidenbiene (*Colletes hederæ*), Honigbiene, Fliegen, Wespen, Tagfalter (z.B. Admiral)

Ausbreitung: Verdauungsausbreitung, besonders durch Vögel

Giftigkeit/Heilwirkung: Blätter und die Beeren (insbesondere das Fruchtfleisch) sind giftig; die Blätter enthalten u.a. verschiedene Saponine (z.B. Hederine).

Das Fruchtfleisch der bitter schmeckenden, blauschwarzen Beeren gilt als besonders giftig, es können schwere Vergiftungen vorkommen, v.a. bei Kindern.

Extrakte aus Efeublättern und -stielen können Bronchialkrämpfe verzögern und abschwächen, daher gibt es medizinische/homöopathische Anwendungen, etwa bei Keuchhusten.

Verwechslung/Ähnliche Arten:

Der Efeu ist insbesondere in seiner Jugendform nicht zu verwechseln. Die erbsengroßen Beeren könnten ggf. mit anderen blauschwarzen Beerenfrüchten verwechselt werden.

Märchen und Mythen:

In der Antike wurden Efeukränze um die Köpfe gebunden. Er galt seinerzeit als Zeichen der Ausgelassenheit.

Der Efeu wird auch „Eppich“ genannt. Hier dazu ein Gedicht des Schweizer Dichters Conrad Ferdinand Meyer, in dem literarisch Bezug genommen wird auf die oben erwähnte Verschiedenblättrigkeit:

Eppich

*Eppich, mein alter Hausgesell
Du bist von jungen Blättern hell
Dein Wintergrün, so still und streng
Verträgt sich mit dem Lenzgedräng?*

*„Warum denn nicht? Wie meines hat
Dein Leben alt und junges Blatt
Eins streng und dunkel, eines licht
Von Lenz und Lust! Warum denn nicht?“*

Conrad Ferdinand Meyer (* 11.10.1825, † 28.11.1898)