

## Gewöhnlicher Natternkopf – eine hervorragende Bienenweide

Von Ernst-Otto Pieper

Der Gewöhnliche Natternkopf *Echium vulgare*, auch unter den Namen Blauer Natternkopf, Stolzer Heinrich, Blauer Heinrich, Himmelbrand, Starrer Hansl und Wilde Ochsenzunge bekannt, ist eine zwei- oder mehrjährige, krautige Pflanze.



Bestand an Gewöhnlichem Natternkopf  
am Eidersperrwerk, Kreis Dithmarschen

Die zur Familie der Raublattgewächse gehörende Pflanzenart stammt vermutlich aus dem südlichen Europa und ist heute in Mittel- und Westeuropa recht häufig anzutreffen. Da sie recht invasiv ist, ist sie seit dem 19. Jahrhundert auch in Amerika und im westlichen Asien anzutreffen. Den gewöhnlichen Natternkopf findet man an trockenen bis halbtrockenen Ruderalstellen, an sandigen bis steinigen Plätzen und auf Silikattrockenrasen. Die von Anfang Mai bis Ende August erscheinenden auffallend blauen bis violetten Blüten verschönern die jeweiligen Standorte. Die einzelnen Blüten sind zu Beginn der Blütenausbildung deutlich rosa bis violett, bei aufgehenden Blüten violett und bei geöffneten blau bis himmelblau mit einer leicht violetten Beimischung (gelegentlich auch rosa oder weiß). Ihre Farbänderung hängt, wie beim Lungenkraut, mit dem Säuregehalt zusammen. Die Blüten sind zunächst männlich, dann weiblich (vormännlich). Charakteristisch ist die trichterförmige Kronröhre mit ungleichen Zipfeln. Die Staubblätter sind ungleich lang und ragen aus der Blüte heraus und dienen als Landeplatz für Bestäuber. Die Bestäubung erfolgt vor allem durch Bienen, Schwebfliegen und Schmetterlinge. Der Hauptbesuch der Insekten erfolgt gegen 15 Uhr.

Zur Zeit der Fruchtreife (Mitte August bis Ende September) bilden sich aus den Blüten so genannte Klausenfrüchte, die meist braun gefärbt sind und in vier Teilfrüchte unterteilt sind.

Die Ausbreitung der Samen erfolgt durch Kleb- und Klettwirkung insbesondere durch Säugetiere.

Kennzeichnend ist, wie bei allen Raublattgewächsen, die starke Ausbildung von Borsthaaren, deren Wände durch Einlagerungen von SiO<sub>2</sub> und CaCO<sub>3</sub> versteift sind. An den Borstenhaaren kann Wasser kondensieren. Außerdem bilden sie einen mechanischen Fraßschutz.

Im Kräuterbuch des italienischen Arztes und Botanikers Pietro Andrea Mattioli (\* 1501; + 1577) lassen sich Hinweise auf die Namensgebung des Natternkopfes finden. Dort ist von einem Nicander (Nikandros aus Kolophon) die Rede, der das Kraut, nachdem er „von einer Natter an seinem Knie gestochen ward“, als Alcibijs bezeichnete. Das griechische Wort *Echium* wird mit Natter übersetzt. Weiterhin wird erwähnt, „Das sein Samen der Gestalt nach einem Schlangenköpffle ähnlich ist“. Auch die Blüte soll an den Kopf einer Natter erinnern, der gespaltene Griffel an die „Natternzunge“.

Der gewöhnliche Natternkopf ist eine typisch krautige Pflanze mit einer Wuchshöhe von bis zu einem Meter. Die Pflanze ist zwei- oder mehrjährig.

### Aussaat:

Der Natternkopf ist ein Spezialist für trockene und sonnige Standorte. Lockere, sandige und eher nährstoffarme Böden werden bevorzugt. Das Substrat darf nicht zu sauer sein, daher bei Bedarf leicht

kalken. Zu beachten ist, dass die Pflanze relativ tief ins Erdreich wurzelt (Wurzeln von bis zu zwei Metern Tiefe).

Samen bei nicht zu hohen Temperaturen (13 bis 16 °C) ab Februar an Ort und Stelle aussäen. Für Folgeaussaaten können die Samen direkt am Wuchsort der Mutterpflanze verbleiben. Eine Vorkultur ist aufgrund seiner Eigenschaften als Kaltkeimer nicht zu empfehlen. Da die Pflanze zudem auch noch Dunkelkeimer ist, sollten die Samen 2 bis 3 cm ins Substrat eingedrückt werden.

Die Pflanze ist in der Regel zweijährig und geht nach der Blüte ein.

#### **Heilpflanze:**

Als Heilpflanze und in der Küche ist der Natternkopf in Vergessenheit geraten. Mitunter wird er jedoch als Zutat für kosmetische Produkte verwendet. Der Reichtum an Linolsäuren (sind essentielle Nährstoffe, die in der Lage sind, im Körper entzündungshemmende Stoffe zu produzieren) wird für hautpflegende Cremes in diversen Kosmetika eingesetzt.

In einigen Kräuterbüchern wird die Pflanze als „Wilde Ochsenzunge“ beschrieben und u.a. bei der Wundheilung von Schlangenbissen empfohlen.

In der Volksmedizin werden dem Natternkopf antimikrobielle, hustenlösende, harntreibende und wundheilende Eigenschaften zugeschrieben.

In einigen wissenschaftlichen Studien werden antidepressive Eigenschaften untersucht. Dabei zeigten einige Untersuchungen positive Effekte durch Verwendung von Blättern und Stängeln.

Die Pflanze enthält Pyrrolizidinalkaloide, die in größeren Mengen toxisch auf Leber und Nieren wirken und Krebs auslösen können. Es wird daher abgeraten, größere Mengen an Natternkopf zu essen.

#### **Nutzung:**

Der Natternkopf ist eine hervorragende Bienenweide. Der Zuckergehalt seines Nektars liegt bei 25% und sein sehr hoher Zuckerwert bei 1,64 mg Zucker/Tag je Blüte. Honigerträge von bis zu 429 kg pro ha und Blühsaison sind möglich.

Der graublaue Pollen ist mit 0,01 mm sehr klein.

Die Art wird auch als Zierpflanze angeboten.