

chW *Scriptum*

Phytopharmacognosie *unique*

Walnuss



ch
c.hinterseher

chW wissenschaftliches Begleitmaterial

© chW 2021

chW c.hinterseher *Wissen!*

www.c-hinterseher.com

info@c-hinterseher.de

Christoph Hinterseher

Preysingstraße 1

81667 München

Tel.: 089-4411 85 38



Inhaltsverzeichnis

Phytopharmacognosie Unique 1

Walnuss Fehler! Textmarke nicht definiert.

Einleitung 4

Nomenklatur 4

Herkunft 4

Botanik 5

Droge 6

Wirkungen 6

Wirkstoffe 8

Praxis 9

Dosierung 9

chW Homepage 11

chW Newsletter 11

chW App 11



Einleitung

... Pflanzen und Menschen ... Da ist schon ein ganz großes Band zwischen uns. Auf meinem Grundstück lebt ein großer, mächtiger und edler Baum. Die Blätter sind deutlich großflächig, so dass auch der hellste Sonnenstrahl unter Umständen absorbiert wird. Dieser Baum ist zugleich unsere Titelpflanze für unsere heutige PPG unique – Runde. Man mag es beim besten Willen kaum glauben, aber heute dreht sich alles um die Walnuss. Das ist also eine Heilpflanze, die ein ganzes PPG unique – Kapitel füllt? Die Walnuss, *Juglans regia*. Ich kann euch, wenn es denn überhaupt nötig ist, eines Besseren belehren, denn wir denken in erster Linie bei der Walnuss an ein Lebensmittel und der Baum ist unter Umständen in seinem Rindenwerk und auch der äußeren grünen Fruchtschale für Hunde sogar giftig. Was hat der dann hier verloren? Das wird eine besondere Herzenausgabe von mir. Legen wir also los und schauen uns an, was hinter dieser besonderen Heilpflanze so steckt. Immerhin sieht man das auf internationaler Ebene ähnlich wie meine Person, denn es handelt sich bei der Walnuss um den Baum und die Heilpflanze des Jahres 2008. Es scheint, als hätte man erst beim näheren Hinblicken herausbekommen, dass *Juglans regia* doch mehr kann, als man erwartet hätte. In erster Linie kann sie imposant aussehen. Auf weiter Flur ist häufig plötzlich ein Walnussbaum zu finden und um ihn herum befindet sich niemand. Eine singuläre und solitäre Erscheinung, *Juglans regia*. Aber warum gesellt sich denn niemand zu dieser Königlichen dazu? Es gibt einen besonderen Grund, der wiederum damit zu tun hat, warum die Walnuss eine Heilpflanze ist. Wagen wir uns zunächst einmal an ihre Nomenklatur.

Nomenklatur

Auch die Nomenklatur der Walnuss ist wie bei einigen von uns bereits kennengelernten Pflanzen ziemlich extraordinär. In Österreich spricht man von der 'Welschnuss'. Frei übersetzt bedeuten 'Wal' und 'Welsch' die 'Große'. Das passt, denn die Walnuss ist eine sehr große Nussfrucht, die schließlich auch auf unserem Weihnachtsteller ins Gewicht fällt. In der Schweiz wird sie mit 'Baumnuss' bezeichnet. Hier wird der Kern getroffen, denn wir reden ja von einer großen Baumpflanze, die geradezu majestätisch daherkommt und immer irgendwie für sich alleine gestellt ist. Wenn wir auf den persisch-arabischen, westlichen medizinischen Raum schauen, dann handelt es sich um die 'persische (Wal)Nuss'. Spätestens in diesem Zusammenhang wird klar, dass man in der Walnuss doch ein bisschen mehr sieht als ein knackiges Lebens- oder vielleicht sogar eher Genussmittel. Sprichwörtlich ist die Walnuss übrigens das stärkste Phyto HDL, high-density lipoprotein, Blutfettwerttransporter. Wir werden in Folge weitere Details erfahren. Dieser mächtige Baum ist fast eine exotische Erscheinung, denn ihr Blattwerk wirkt nicht, wie das einer europäischen Pflanze. Wir werden das Geheimnis der Walnuss aufdecken und schauen zunächst einmal, ob sie nicht vielleicht wahrhaftig eine exotische Vertreterin ist.

Herkunft

Tatsächlich stammt die Walnuss aus Syrien. Tragischerweise stammt sie aus exakt den Kriegsgebieten in der Umgebung Aleppos. Hier ist der pflanzlichen evolutionsbiologischen Forschung nach, die Walnuss ursprünglich einmal entstanden. Auch in Vorder- und Mittelasien war und ist sie zuhause. Somit haben wir es wieder einmal in der Phytopharmakognosie unique mit einer asiatischen Vertreterin zu tun. Es scheint ein ungeschriebenes Gesetz, denn das ist uns regelmäßig