

# Weizen – mehr als nur ein Nahrungsmittel?

## Historische Traditionen und moderne phytotherapeutische Optionen

Der Weizen (*Triticum aestivum*), der seit Urzeiten ein Grundnahrungsmittel für die Menschen darstellte, gewann bereits in der Antike und im Mittelalter als Heilmittel an Bedeutung. Seine Blütezeit als Medizinalpflanze erreichte das Getreide in der Frühen Neuzeit, wie zahlreiche Rezepturvorschriften in der einschlägigen Literatur des 16. bis 19. Jahrhunderts belegen.



Abb. 1: Beutelkasten mit Mühlgötze

Vom Weizen wurde nicht nur das ganze Korn oder das Vollkornmehl verwendet, sondern man nutzte auch die Kleie, die Stärke, das Öl, die Brotkrume sowie den Sauerteig zu heilkundlichen Zwecken.

Im sogenannten Beutelkasten der Mühle wurde das Vollkornmehl durch ein Siebverfahren getrennt und die Kleie über einen separaten Ausgang abgeleitet. Vor diesem Ausgang war eine aus Holz geschnitzte Maske angebracht, die man Kleiekotzer oder Mühlgötze nannte und häufig als Schutzgeist der Mühle galt.



Abb. 2: Mühlgötze, um 1730, Süddeutschland

Mit Weizen behandelte man vor allem Infektionen, eitrige Geschwüre und Abszesse von inneren Organen und der Haut, Erkrankungen des Urogenitaltraktes, sowie des Respirationstraktes. Auch Obstipation und Diarrhoe, Stiche und Bisse giftiger Tiere sowie Beschwerden des Bewegungsapparates sollten Linderung finden. Dabei verwendete man den Weizen sowohl als Simplex, als auch in Kombination mit anderen Heilmitteln aus den drei Naturreichen. Die meist verwendete Pflanze stellte bei den Weizenkomposita die Rose dar. Für das 16. Jahrhundert fanden wir 240 Weizenanwendungen.



Abb. 3: Weizenzäpfchen

Den Stuhlgang zu fördern: Nimb zwey theil Weizenmehl vnd ein theil Sals / mache mit einem Eyerweiß ein Zeggen darauf / mache darvon Zäpflein nach dem gewohnten / lasse sie trocknen / vnd wann du sie gebrauchen wilt / so satze sie mit Daumölen oder Butter.

Abb. 4: Originalrezeptur von Tabernaemontanus

Mit einem salinischem Mittel, bestehend aus Vollkornmehl, Salz und Eiweiß ließ Tabernaemontanus (1522–1590) eine Verstopfung beheben.



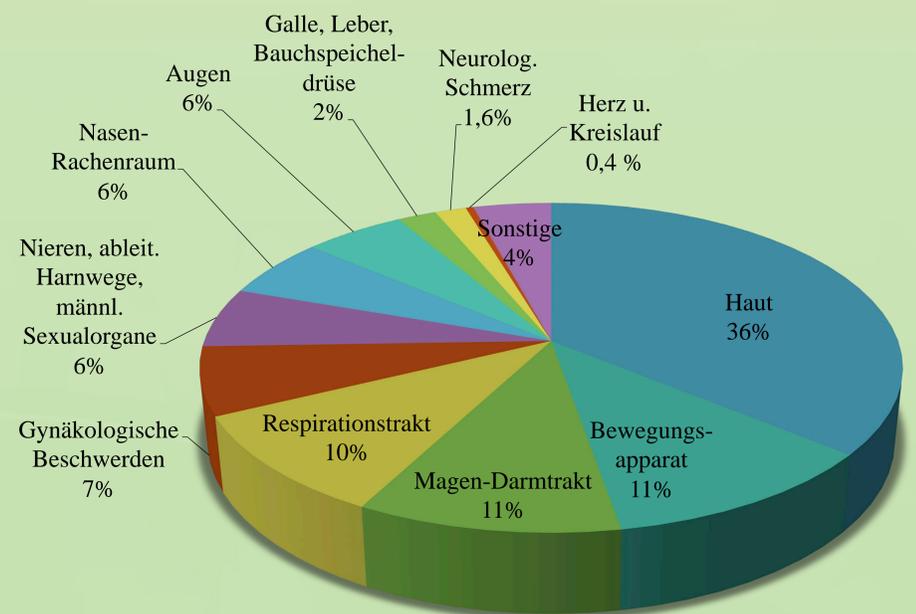
Abb. 5: Weizenbrei zur Auflage

der verträde die Wund mit Honig vnd Wasser gefochte / vnd auffgelegt / miltet vnd zeitiget alle an der Wundt herge geschwulst. Auch mag man solchs mehl mit Hühnerschmalz mischen / wärmen / vnd anwenden.

Abb. 6: Originalrezeptur von Matthiolus

Petrus Andreas Matthiolus (1501–1577) empfahl eine Breiaufgabe aus Weizenmehl, Wasser, Honig und Hühnerschmalz, um eitrige Geschwüre zu heilen.

### Indikationen im 16. Jahrhundert



Unsere Forschungsergebnisse belegen eine über mehrere Jahrhunderte dauernde, vielfältige Anwendung des Weizens als Heilpflanze bei unterschiedlichen Indikationen. Diese stringente Tradition könnte ein Hinweis darauf sein, dass der Weizen über potentiell antiinfektive, immunstimulierende oder antiinflammatorische Eigenschaften verfügte. Das könnte neue Optionen in der Phytotherapie eröffnen.

### Resümee:

- Der Weizen wurde in Mittelalter und Früher Neuzeit vielfältig zu Heilzwecken verwendet.
- Mögliche Wirkmechanismen: – Weizenzubereitungen stimulierten als optimale Ernährung das Immunsystem (systemische Wirkung).  
– Der Weizen enthielt lokal wirkende, antiinflammatorische und / oder antimikrobielle Inhaltsstoffe.
- Der heutige Weizen verfügt auf Grund einer intensiven Züchtung möglicherweise nicht mehr über alle wirksamen Inhaltsstoffe wie der Weizen des Mittelalters und der Frühen Neuzeit.



Abb. 7: Weizen und Dinkel



Abb. 8: Weizen mit Grannen



Abb. 9: Weizen ohne Grannen

### Literaturnachweis:

TABERNAEMONTANUS, Jakobus Theodor: Neuw vollkommentlich Kreuterbuch. Frankfurt am Main 1588/1613, Basel 1731.  
MATTHIOLUS, Petrus Andreas: New Kreüterbuch mit den allerschönsten und artlichsten Figuren aller Gewechss / dergleichen vormals in keiner Sprach nie an Tag kommen. Prag / Venedig 1563.  
BENEDUM Jost / Dieter LOEW / Heinz SCHILCHER: In: Arzneipflanzen in der Traditionellen Medizin. Bonn, Kooperation Phytopharmaka, 4., überarbeitete und erweiterte Auflage, 2006.

### Bildnachweis:

Abb. 1: Beutelkasten. In: HOCHHUTH, Rolf (Hrsg.): Wilhelm Busch. Sämtliche Werke und eine Auswahl der Skizzen und Gemälde in zwei Bänden. Erster Band Gütersloh 1959. Foto: Marina Franziska Bisping  
Abb. 2: Kleiekotzer (um 1730), mit freundlicher Genehmigung des Museums der Brotkultur, Ulm.  
Abb. 3, 5: Herstellung und Foto: Marina Franziska Bisping

Abb. 7, 8, 9: Foto: Marina Franziska Bisping  
Abb. 4: Tabernaemontanus, Neuw vollkommentlich Kreuterbuch (1613), S. 625. Foto: Marina Franziska Bisping  
Abb. 6: Matthiolus, Petrus Andreas: New Kreüterbuch (1563), S. 117. Foto: Marina Franziska Bisping