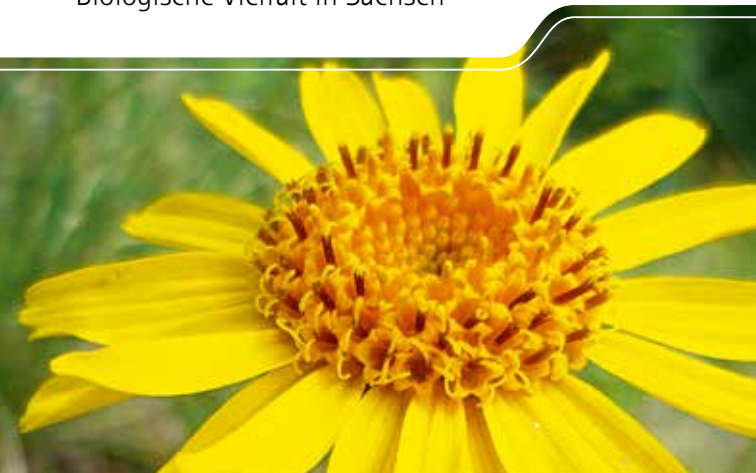




# Arnika | *Arnica montana*

Biologische Vielfalt in Sachsen



# Biologische Vielfalt

Die „Biologische Vielfalt“, kurz auch „Biodiversität“ genannt, umfasst drei ineinandergreifende Ebenen:

- die Vielfalt der Ökosysteme (Lebensräume)
- die Vielfalt der Arten und
- die Vielfalt innerhalb der Arten (genetische Variationen).

Im Programm „Sachsens Biologische Vielfalt 2030 - Einfach machen!“, das am 4. Oktober 2022 vom Kabinett der Staatsregierung veröffentlicht worden ist, werden konkrete Schritte zur Bewahrung der Vielfalt im Freistaat Sachsen genannt.

Der Schutz der biologischen Vielfalt ist eine große Herausforderung und nicht nur von politischen Rahmenbedingungen, Gesetzen und Verordnungen abhängig. Letztendlich ist jeder Einzelne gefragt. Es beginnt mit der Erkenntnis, dass biologische Vielfalt für uns Menschen unverzichtbar ist, und endet beim eigenen Handeln. Von der naturnahen Gestaltung des eigenen Gartens über den Konsum nachhaltig

erzeugter regionaler Produkte bis zum ehrenamtlichen Engagement in einem Naturschutzverband oder dem respektvollen Verhalten in der Natur können wir alle unseren Beitrag leisten.

Weitere Informationen stehen unter [www.natur.sachsen.de](http://www.natur.sachsen.de) zur Verfügung.



## Botanisches

Die Echte Arnika (*Arnica montana*) ist eine krautige mehrjährige Pflanze und gehört zur Familie der Korbblütler (*Asteraceae*). Aus dem kriechenden Wurzelstock wächst im ersten Jahr die charakteristische Blattrosette mit vier bis sechs hellgrünen, derben, oberseits behaarten Blättern ohne Stiel. Im zweiten Jahr wird der drüsig behaarte Stängel gebildet. Die wenigen Stängelblätter (1 bis 3 Paare) wachsen sitzend gegenständig, sind schmaler, spitz auslaufend und kleiner als die Grundblätter. Arnika ist eine der wenigen Korbblütlerarten mit gegenständigen Blättern. Die Arnika erreicht Wuchshöhen zwischen 20 und 60 Zentimeter.

Besonders auffällig sind ihre leuchtend dotter- bis orange-gelben Blüten, die zwischen Juni und August zu sehen sind und angenehm duften. Die Blütenkörbchen mit einem Durchmesser von 6 bis 8 Zentimeter stehen immer endständig. Manchmal bildet die Pflanze nur eine Blüte aus, oft jedoch auch Blüten tragende Seitentriebe. Ein gutes

Erkennungsmerkmal sind die drei Zähnen der Randblüten. Die Früchte bilden einen borstig behaarten, gelblichen Pappus, der aus 10 bis 50 Borsten besteht. Die Pflanze vermehrt sich vegetativ über kurze Wurzelausläufer.



Zeichnung Pappus



# Ökologisches

Sie braucht nährstoffarme, saure und zumindest zeitweise feuchte Lehmböden. Obwohl die Arnika in allen Höhenlagen bis 2.800 Meter vorkommen kann, findet man sie vorwiegend im Mittelgebirge. Sie wächst häufig in Magerwiesen und -weiden, auf Heiden, im Randbereich von Mooren und in Waldlichtungen. In den Bergwiesen des Erzgebirges entwickeln sich die Arnikabestände am eindrucksvollsten. Die Arnika bevorzugt ungedüngte Böden (max. 50 Kilogramm Stickstoff pro Hektar) und benötigt für ihre Vermehrung freie Bodenflächen, die auf beweideten Flächen häufiger vorkommen als auf Wiesen.

# Historisches

Eine der ersten Erwähnungen zur Anwendung von Arnika in der Heilkunde findet sich in einem Kräuterhandbuch von Tabernaemontanus aus dem Jahr 1613:

„Bei den Sachsen braucht es das gemeine Volck denen so hoch hinuntergefallen

oder so sich sonst etwan mit Arbeit verletzt haben:





Nement eine Handvoll  
sieden es in Bier  
drincken des Morgents einen Trunk warmb davon  
decken sich zu  
und schwitzen: Wo sie sich dann verletzt haben  
empfinden sie an dem verletzten Ort große Schmerzen  
auff zwo oder drey Stund  
und werden also kuriert."

## Heilendes

Heute weiß man, dass die entzündungshemmende und wundheilende Wirkung von Arnika auf den Wirkstoff Helenalin zurückgeht. Diese Substanz ist allerdings – wie viele pflanzliche Wirkstoffe – giftig und muss vorsichtig dosiert werden. Hauptsächlich wird Arnika äußerlich angewendet. Vor allem gegen Prellungen und Verstauchungen sind Umschläge mit verdünnter Tinktur hilfreich.

Darüber hinaus wird sie in Salben oder Cremes gegen Verletzungen beigemischt. Bei rheumatischen Gelenkerkrankungen und Arthrose soll Arnika Studien zufolge gute entzündungshemmende Resultate erzielen. Auch bei Venenschwäche und Krampfadern kann sie unterstützend wirken. Klinische Studien widmen sich immer wieder den verschiedenen Wirkungen von Arnika und ihrem Einsatz als pflanzlichem Medikament.

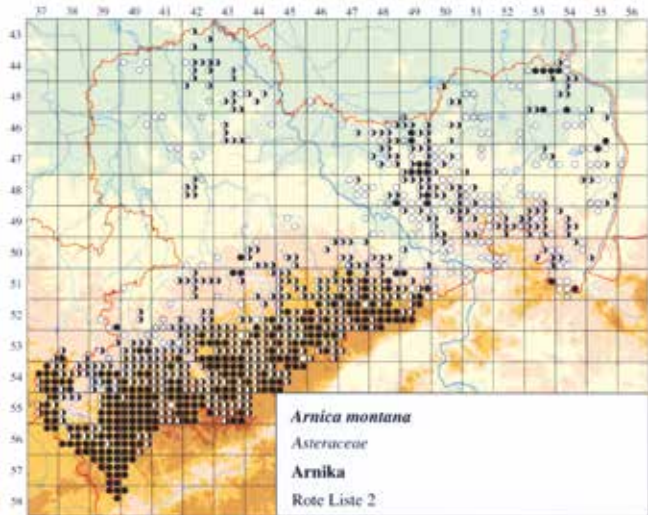
## Züchterisches

Der feldmäßige Anbau der Arnika war lange Zeit problematisch und unwirtschaftlich, sodass Arnika meist in Wildbeständen gesammelt wurde. Da sich die aus Nordamerika stammende Wiesen-Arnika (*Arnica chamissonis*) leichter anbauen lässt, wurde sie bei uns zur Gewinnung der Blüten für Arnikapräparate zugelassen. Inzwischen ist es durch züchterische Bemühungen gelungen, die Sorte „Arbo“ von *Arnica montana* zu entwickeln, die für den Feldanbau geeignet ist. Die Wildvorkommen können somit geschont werden.



## Naturschützendes

Die aktuelle Situation der Arnika in Sachsen zeigt die Verbreitungskarte aus dem Atlas der Farn- und Samenpflanzen Sachsens: Durch den starken Rückgang in den letzten 50 Jahren (halb ausgefüllte Kreise) ist sie in weiten Teilen des Tief- und Hügellands bereits ausgestorben. Die gefüllten Punkte im Erzgebirge und im Vogtland zeigen ein noch häufiges Vorkommen an, hier ist nicht ersichtlich, dass die Anzahl der Pflanzen geringer geworden ist. Bereits im 18. und 19. Jahrhundert begann der Rückgang von Arnika in Folge des ausgiebigen Gebrauchs in den damaligen Apotheken. Auch in Sachsen wurde Arnika noch bis vor wenigen Jahren gesammelt und zur individuellen Bereitung von Tinkturen verwendet. In den letzten Jahrzehnten kamen zwei weitere Gefährdungsfaktoren hinzu: In einem Teil ihrer Lebensräume wurde die Grünlandnutzung intensiviert, während sie in einem anderen Teil aufgegeben wurde. In der aktuellen „Roten Liste der Gefäßpflanzen“ Sachsens ist Arnika wegen des gravierenden Rückgangs als „stark gefährdet“ eingestuft.





Internationale Aktivitäten begannen im Jahr 1981 mit der Aufnahme der Arnika in das Washingtoner Artenschutzabkommen. Außerdem wird sie im Anhang V der Fauna-Flora-Habitat-Richtlinie (FFH) der Europäischen Union (EU) unter den wirtschaftlich genutzten Arten geführt, die unter eine kontrollierte Nutzung gestellt werden sollen. Gleichzeitig sind auch ihre wichtigsten Lebensräume, die Berg-Mähwiesen, als Lebensraumtypen des Anhangs II der FFH-Richtlinie genannt. In Sachsen sind die Arnikabestände meist in Goldhaferwiesen, Borstgraswiesen oder Bärwurz-Rotschwingel-Wiesen zu finden. Der Freistaat Sachsen hat ca. 60 Prozent der bekannten Bergwiesen an die EU gemeldet. Die größten Vorkommen besitzt das Erzgebirge, das Vogtland und das Zittauer Gebirge.

Seit 2023 gibt es das Naturschutzgroßprojekt „Lebensräume verbinden“. Mit diesem fördert das Bundesumweltministerium, der Freistaat Sachsen und der Erzgebirgskreis die Erhaltung der Arnikavorkommen auf den Bergwiesen um Rübenau, Kühnhaide und Satzung, die sich im Rückgang befinden. Auch wird der Erhalt und die Entwicklung der Vorkommen auf den Wiesen der Gemeinden Crottendorf und Sehmatal gefördert.

An der Umsetzung dieser Projekte sind ortsansässige Landwirte, Naturschutzvereine, Verbände und private Eigentümer beteiligt. Gebündelt können die Maßnahmen dazu beitragen, den Rückgang der Arnika in Sachsen zu bremsen oder zu stoppen.

## Spezielles

Die Arnika wurde 1986 zur Blume des Jahres und 2001 zur Arzneipflanze des Jahres gewählt. Mit der Bestimmung der Natur des Jahres werden die Menschen über den ökologischen Wert der Pflanzenwelt und über die Notwendigkeit des Schutzes aller bedrohten Arten informiert. Die Auswahl zur Arzneipflanze des Jahres soll die Bedeutung der Pflanzen in der Medizin und ihre pharmazeutische Nutzung betonen.





**Das Heft einschließlich Postkarte zur Arnika  
können Sie kostenlos bestellen unter:**

- Telefon: +49 351 210-3671
- E-Mail: publikationen@sachsen.de

Unter [www.publikationen.sachsen.de](http://www.publikationen.sachsen.de) finden Sie  
alle Veröffentlichungen unseres Hauses.



## Arnika | Arnica montana

Biologische Vielfalt in Sachsen



Weitere Infos unter [www.naturkundemuseumchemnitz.de](http://www.naturkundemuseumchemnitz.de)  
oder telefonisch unter der Hotline zur Arnika  
am Freizeitzentrum: [info@arnika-sachsen.de](mailto:info@arnika-sachsen.de)

Foto: SMEKUL



Postkarte Arnika

### **Herausgeber:**

Sächsisches Staatsministerium für Energie, Klimaschutz,  
Umwelt und Landwirtschaft (SMEKUL)

Postfach 10 05 10, 01075 Dresden | Bürgertelefon: +49 351 564-20500

E-Mail: [info@smekul.sachsen.de](mailto:info@smekul.sachsen.de) | [www.smekul.sachsen.de](http://www.smekul.sachsen.de)

Diese Veröffentlichung wird mitfinanziert durch Steuermittel auf  
Grundlage des vom Sächsischen Landtag beschlossenen Haushaltes.

### **Redaktion:**

SMEKUL, Referat Natura 2000, Biotop- und Artenschutz,  
Sächsisches Landesamt für Umwelt, Landwirtschaft und Geologie (LfULG)

### **Gestaltung und Satz:**

Heimrich & Hannot GmbH | Genese Werbeagentur GmbH

### **Fotos:**

SMEKUL: Sabine Kühnert (Titel, 3, 6, 8, 11, 14, 19, 20),

Dr. Hans-Ulrich Bangert (17); Heimrich & Hannot (5); LfULG (13)

### **Druck:**

Druckhaus Dresden

### **Redaktionsschluss:**

April 2011

### **Auflagenhöhe:**

2.000 Exemplare, 3. Auflage (aktualisiert Oktober 2023)

### **Bezug:**

Diese Druckschrift kann kostenfrei bezogen werden bei:

Zentraler Broschürenversand der Sächsischen Staatsregierung  
Hammerweg 30, 01127 Dresden

Telefon: +49 351 2103671 | Telefax: +49 351 2103681

E-Mail: [publikationen@sachsen.de](mailto:publikationen@sachsen.de) | [www.publikationen.sachsen.de](http://www.publikationen.sachsen.de)

### **Verteilerhinweis**

Diese Informationsschrift wird von der Sächsischen Staatsregierung im Rahmen  
ihrer verfassungsmäßigen Verpflichtung zur Information der Öffentlichkeit  
herausgegeben. Sie darf weder von Parteien noch von deren Kandidaten oder  
Helfern im Zeitraum von sechs Monaten vor einer Wahl zum Zwecke der Wahl-  
werbung verwendet werden. Dies gilt für alle Wahlen.

[www.natur.sachsen.de](http://www.natur.sachsen.de)

