

Pflanzen-
Portrait:

Birke

Tanja Begerow



Die Birke

(Betulaceae)



Die **Gemeine Birke** bildet mit vielen anderen Birken-Arten die Familie der **Birkengewächse (Betulaceae)**. Diese Pflanzenfamilie umfasst bis zu 100 Arten.

In unseren Breiten heimisch ist vor allem die Gemeine Birke (*Betula pendula*), die auch als **Hänge-Birke**, **Weißbirke** oder **Sandbirke** bekannt ist und durch ihre silbrig-weiße Borke mit den dunkelgrauen Querbändern ein recht auffälliges Erkennungsmerkmal besitzt.

Die Birke ist in ganz Eurasien beheimatet und steigt in Höhenlagen auf bis zu 1.900 Meter auf. Sie kann eine Höhe von fast 30 Metern erreichen und bis zu 130 Jahre alt werden.

Auch in unseren Mooren ist die Birke häufig anzutreffen und gilt als Pionier- und Anzeigepflanze für ein gesundes Hochmoor. Hier wächst allerdings nicht die Gemeine Birke, sondern die **Moor-Birke** (*Betula pubescens*). Sie unterscheidet sich durch ihre steil nach oben ragenden Äste, ihre ovaleren Blätter und ihre eher gräuliche Borke von der Gemeinen Birke.

Weitere Merkmale der Gemeinen Birke sind die dreieckigen, spitz zulaufenden Blätter mit ihrem gesägten Blattrand. Sie sind wechselständig angeordnet.



Während die Blätter im jungen Stadium hellgrün sind, werden sie mit zunehmendem Alter immer dunkelgrüner.

Die **Blüte** der Birke beginnt schon recht früh im Jahr ab März und endet bereits im Mai. Die **Fruchtbildung** beginnt im Juli und zieht sich bis in den September. Die kleinen Samennüsschen werden durch den Wind davongetragen und sorgen so für eine weite Verbreitung.

Da die Bedürfnisse der Birke sehr überschaubar sind, ist sie eine Pionierbaumart und bereitet den Weg für anspruchsvollere Baumarten. Das Einzige, das die Birke wirklich braucht, um zu gedeihen, ist genügend Licht. Weder an den Boden noch an die Nährstoff- oder Wasserversorgung stellt sie besondere Ansprüche und ist daher überaus anpassungsfähig.

Nach neuesten Erkenntnissen sind Birken nicht nur in der Lage, Schwermetalle und andere Schadstoffe aus Böden herauszufiltern – sie sollen sogar in der Lage sein, während ihrer Wachstumsphase Mikroplastik aufzunehmen.



Für unsere Kaninchen sind Birkenblätter eine willkommene Ergänzung des Speiseplans. Viele Kaninchen fressen die Blätter gern. Sie sind nicht nur beliebt, sondern haben auch einige wertvolle und nützliche Inhaltsstoffe zu bieten.

Doch besonders auch die jungen Zweige der Birke werden nicht selten in Gänze von den Kaninchen verspeist.

Ernährung: Pflanzen-Portrait Birke

In den Blättern befinden sich Gerbstoffe, ätherische Öle und auch diuretische (harntreibende) Substanzen. Daher gilt die Birke kräuterheilkundlich als „Entwässerungspflanze Nr. 1“.

Doch nicht nur in den Blättern befinden sich Wirkstoffe, sondern auch in den Knospen und der Rinde. Während in der Rinde die Stoffe Betulin und Betulosid nachgewiesen wurden, befinden sich in den Knospen Öle, die galletreibend wirken.

Der diuretische Effekt von Birkenblättern ist nicht nur Fazit der Erfahrungsheilkunde, sondern tatsächlich auch wissenschaftlich anerkannt. Daher kommt Birkenblätterttee häufig bei Blasenbeschwerden oder Wassereinlagerungen zum Einsatz. Auch während so genannter „Frühjahrskuren“ wird der Tee gern zur Entschlackung eingesetzt. Die entwässernde Wirkung funktioniert natürlich genauso bei unseren Kaninchen und kann daher unterstützend sehr gut bei Blasenentzündungen oder Harnsteinerkrankungen zum Durchspülen des Harntrakts eingesetzt werden. Unseren Kaninchen können wir allerdings bevorzugt die frischen Blätter anbieten.

Neben den schon erwähnten Wirkstoffen enthalten Birkenblätter weiterhin auch viel Vitamin C, Flavonoide sowie Triterpene (siehe Kaninchenmagazin Ausgabe 8 - 4/2023 zur Erklärung der Pflanzeninhaltsstoffe).

Da die Birke wirklich überall wächst, wertvolle Inhaltsstoffe besitzt und zudem sehr leicht zu bestimmen ist, sollte sie auf jeden Fall regelmäßig als Ergänzung des Speiseplans der Kaninchen dienen.

