

**Christrose, Schwarze Nieswurz**  
***Helleborus niger* (Ranunculaceae)**  
 (Annette Höggemeier & Armin Jagel)

Die Christrose gehört zu den auffallendsten Winterblüchern. Sie ist zu ihrem Namen gekommen, weil sie häufig schon zur Weihnachtszeit blüht. Regional gibt es viele weitere Namen für sie wie z.B. Schwarze Nieswurz, Christwurz, Winterrose oder Weihnachtsrose.

Natürlicherweise kommt die Christrose in Wäldern und Gebüschern der nördlichen und südlichen Kalkalpen, in Kroatien und im Apennin vor. Auch in Deutschland gibt es Vorkommen in den Alpen, die gesetzlich geschützt sind. An ihren natürlichen Standorten sind die immergrünen, etwas frostempfindlichen Stauden durch Schnee geschützt.



Die schneeweißen Blüten der Christrose



der Name "Schwarze Nieswurz" bezieht sich auf das Rhizom, nicht auf die Blüte

Wegen der Schönheit ihrer Blüten und der ungewöhnlichen Blütezeit im Winter gehört sie aber schon seit langem zu unseren attraktivsten Gartenstauden. An geeigneten Wuchsorten, im Halbschatten, auf humosen, kalkhaltigen, nicht sauren Böden, können die Stauden über 25 Jahre alt werden. In Nordrhein-Westfalen ist die Christrose also nicht heimisch, sie samt sich aber in Gärten selbstständig aus und hat daher das Potential, auch außerhalb von Anpflanzungen zu verwildern.

Die Christrosen blühen so früh, dass als Bestäuber eigentlich nur Hummeln in Frage kommen, die an wärmeren Tagen auch im Winter schon mal unterwegs sind. Zwischen den Blütenblättern und den Staubblättern werden innerhalb der Gattung *Helleborus* kleine krugförmige Nektarblätter ausgebildet, in denen den Bestäubern Nektar angeboten wird.



© Armin Jagel

Zwischen den Blütenblätter und den Staubblättern befinden sich grüne becherförmige Nektarblätter (Pfeil), die reichlich Nektar absondern...



© Annette Höggemeier

...worüber sich insbesondere Hummeln freuen, die zu den seltenen Blütenbesuchern gehören, die zu dieser Zeit unterwegs sind,



© Annette Höggemeier



© Annette Höggemeier

oben: Samen mit Ölkörpern (Elaiosom), die zur Ausbreitung durch Ameisen dienen (*Helleborus lividus*)

links: Frucht von *Helleborus niger*

Nach dem Verblühen ergrünen die weißen Blütenblätter. Die Frucht besteht aus fünf Teilen, die sich bei der Reife an der jeweiligen Bauchnaht öffnen und die Samen freilassen. An ihnen hängt ein weißer Ölkörper (Elaiosom), der zur Ausbreitung durch Ameisen dient (Myrmekochorie).

Christrosen werden in der Natur nur selten von Tieren abgefressen, denn sie schmecken bitter und sind sehr giftig. Die Giftwirkung war schon im Altertum bekannt und auch der wissenschaftliche Gattungsname *Helleborus* weist darauf hin, er heißt übersetzt soviel wie "tödliche Nahrung". Wie andere Giftpflanzen auch besitzt *Helleborus* in richtiger Dosierung aber wichtige Heilkräfte und wurde deswegen schon im Mittelalter in Klostergärten kultiviert. Das Pulver des Rhizoms verursacht starkes Niesen, woher der Deutsche Name Nieswurz kommt. Es wurde früher auch als Schnupftabak verwendet. Wie gefährlich das Schnupfen des Pulvers sein kann, wird im "Vollständigen Giftbuch" aus dem Jahre 1840 anschaulich geschildert:

"Die Wurzel schmeckt scharf und bitter, erhitzt und entzündet. Innerlich genommen erregt sie heftigen Durchfall, Krämpfe und Erbrechen. Getrocknet und gepulvert erregt sie heftiges Nießen.

Man muß in Anwendung derselben zu einem Nießmittel sehr vorsichtig seyn; besonders haben Personen, die eine schwache Brust haben und zu Blutspeien geneigt sind, davor zu hüten. Dr. Kolbani erlebte zu Wien in einem Gasthofe davon ein trauriges Beispiel: Ein an Brustschwäche leidender Mann trank da Wein und forderte, als ihm der Wein ein wenig in den Kopf gestiegen war, von einem Anwesenden eine Priesse Tabak; dieser hatte eine doppelte Tabakdose bei sich, in welcher auf einer Seite ein solches Niespulver war und gab ihm davon, auf welches der Mann sogleich so heftig zu niesen anfang, daß ihm das Blut aus Mund und Nase hervorbrach und er in Zeit von zwanzig Stunden des Todes war."

In moderneren Büchern über Giftpflanzen liest sich die Wirkung sehr viel akademischer, aber auch hier steht bei zu hoher Dosierung am Ende der Tod.

Neben *Helleborus niger* spielen auch die Grüne Nieswurz (*Helleborus viridis*) und die Stinkende Nieswurz (*Helleborus foetidus*) in der Homöopathie bei der Behandlung von Herzschwäche und Nierenproblemen eine Rolle, sie wirken außerdem als Abführ- und Wurmmittel. Beide Arten blühen später als die Christrose. Die Grüne Nieswurz hat von Anfang an grüne Blütenblätter, sie ist auch in Nordrhein-Westfalen heimisch und ebenfalls gesetzlich geschützt.



oben: Grüne Nieswurz mit Blütenblättern, die auch zur Blütezeit schon grün sind



rechts: Blüte der Stinkenden Nieswurz

Neben den Arten der deutschen Flora werden im Gartenhandel auch Arten und deren Sorten aus anderen Regionen angeboten, wie z. B. die Purpur-Christrose (*Helleborus orientalis* 'Atrorubens') mit purpurfarbenen Blüten, eine Auslese der Art, die von Südost-Europa bis zum Kaukasus heimisch ist; und die Olympische Christrose (*Helleborus olympicum*) aus dem nordwestlichen Kleinasien.



Purpur-Christrose (*Helleborus 'Atrorubens'*)



Olympische Christrose (*Helleborus olmypicus*)