

## Die Waschnuss

... mit sauberem Gewissen waschen!



In Indien und Nepal ist die Waschnuss (*Sapindus trifoliatus*) schon seit Urzeiten als pflanzliches Waschmittel im täglichen Gebrauch.

### Botanik

Die sogenannte Waschnuß ist die Frucht des Soapnut-Baumes (*Sapindus trifoliatus*). Dieser gehört zur Familie der Seifenbaumgewächse (Sapindaceae), welche in allen tropischen und subtropischen Gebieten der Erde anzutreffen sind. Zu dieser Familie gehören auch bekannte Nutzpflanzen, wie die in Südchina beheimatete Litschi (*Litchi chinensis*). Die Familie der Seifenbaumgewächse umfaßt in etwa 2000 Arten, die sich auf ca. 150 Gattungen verteilen. Die namensgebende Gattung ist dabei "sapindus", welche ihrerseits nach dem charakteristischen Inhaltsstoff Saponin benannt wurde.

Pflanzen produzieren solche hochwirksamen Inhaltsstoffe um sich selbst vor Schädlingsbefall zu schützen, sowie Bakterien und Pilze abzutöten oder fernzuhalten. Inhaltsstoffe stellen also gewissermaßen natürliche Konservierungsstoffe dar. Ebenso verhält es sich bei Saponin, welches interessanterweise auch eine hohe Reinigungskraft besitzt. Dieses Saponin findet sich in besonders konzentrierter Form (rund 14%) und hochwertiger Qualität in der Fruchtschale von *Sapindus trifoliatus*, dem Soapnut-Baum, welcher sein natürliches Verbreitungsgebiet im Süden Indiens hat, wo er auch schon seit antiken Zeiten kultiviert wird.

### Eigenschaften

Die Waschnuß ist ein wahres Multitalent. Ihre augenfälligste Fähigkeit beruht dabei auf ihrer reinigenden Wirkung. Das in der Schale enthaltene Saponin löst Fett und hartnäckige Flecken aus Textilien, ohne dabei Farben und Fasern anzugreifen. Die Waschnuß kann bei allen Waschttemperaturen angewendet werden und die Zugabe eines Weichspülers erübrigt sich, da die Wäsche eindeutig geschmeidiger wird als bei Verwendung der üblichen, chemisch hergestellten Waschmittel, die im übrigen häufig sehr aggressiv wirken. Die Reinigungskraft der Waschnuß läßt sich aber auch in vielen anderen Bereichen nutzen. Kocht man einige Waschnußschalen (sparsam dosieren) kurz in Wasser auf, so löst sich das Saponin heraus. Mit dem gewonnenen Sud läßt sich praktisch alles reinigen. Versuche haben gezeigt, dass selbst Autos, Glas und Schmuckstücke glänzend sauber werden. Auch in der Küche läßt sich die Waschnuß einsetzen (z.B. im Geschirrspüler!). Hier zeigt sich vor allem die fettlösende Kraft des Saponins und seine antibakterielle und leicht desinfizierende Wirkung.

Sehr vieles spricht dafür, dass die Waschnuß für den Einsatz in der Hygiene sowie Hautpflege von unschätzbarem Wert sein könnte. Vor allem sehr viele Neurodermitiker und Allergiker, die keine chemisch produzierten Waschmittel mit all ihren Weichspülnern, Duftstoffen, Bleichmitteln und sonstigen Zusätzen vertragen, werden in der Waschnuß eine wertvolle Alternative finden. Die Waschnuß ist ein ausgezeichnetes hautpflegendes und -glättendes Körper- und Haarwaschmittel. Die Haare werden durch eine Spülung mit Waschnußsud nicht nur gereinigt, sondern auch gepflegt. Sie lassen sich nach der Wäsche sehr gut durchkämmen, erhalten mehr Volumen und fetten weniger schnell nach. Eindeutig wird die Bildung von Schuppen verringert und selbst die Psoriasis (Schuppenflechte) läßt sich mit der Waschnuß wirkungsvoll behandeln. Es gibt sogar eindeutige Hinweise dafür, dass man durch eine regelmäßige Anwendung Haarausfall verringern und das Ergrauen der Haare verlangsamen kann. Dies mag auf den ersten Blick sehr unwahrscheinlich anmuten, wird aber plausibler, wenn man bedenkt, welche extreme Belastung unsere Kopfhaut täglich durch den Kontakt mit chemisch produzierten und mit künstlichen Duftstoffen etc. belasteten Shampoos, ausgesetzt ist.

Unter diesen Gesichtspunkten betrachtet ist es nicht verwunderlich, dass die Waschnuss im indischen Heilsystem Ayurveda eine überaus wichtige Rolle spielt. Gleichgültig wie groß die heilende und pflegende Kraft der Waschnuss auch sei; sie schadet auf keinen Fall und so mag der Zweifler mit reinem Gewissen ihre Wirkung selbst testen. Er wird nach spätestens zwei Wochen die ersten positiven Resultate spüren und begeistert sein.

Übrigens: Die Inder pflegen seit Alters her ihre Arbeitselefanten mit dem Sud aus der Waschnuss. Dies mag den Menschen aus westlichen Zivilisationen befremdlich erscheinen und sie zum schmunzeln bringen. Bedenken wir jedoch, dass den Indern ihre Elefanten wertvolle, ja heilige Freunde und Helfer sind, denen sie nur die beste Behandlung angedeihen lassen; und Elefanten haben eine sehr empfindliche Haut.

### Anwendung

Zum Waschen nimmst Du, je nach Verschmutzung der Wäsche, 3-6 Nüsse. Sie lassen sich mit einem Nußknacker leicht öffnen. Im Inneren findest Du einen schwarzen Kern, den Du verwerfen kannst. Der Wirkstoff Saponin befindet sich ausschließlich in der Schale. Nun gibst Du die Nußschalen in ein Baumwoll-/Leinensäckchen oder ganz einfach in einen Feinstrumpf/Socken (verschließen). Das ganze kommt nun mit

der Wäsche in die Waschmaschine ohne Weichspüler da die Wäsche besonders weich wird. Wer die Wäsche frischduftend liebt, gibt zuvor einige Tropfen Duftöl, wie zum Beispiel Lavendel, auf das Säckchen. Viele Kunden empfinden aber gerade auch den neutralen Geruch der "Waschnuss-Wäsche" als sehr angenehm. Nun wird die Waschmaschine wie gewohnt in Betrieb genommen. Nach unseren Erfahrungen ist ein Vorwaschgang nicht von Nöten.

Bei der Weisswäsche sollte man ein Naturbleichmittel dazugeben, da in der Nuss kein Bleichmittel enthalten ist. Hat man kein Bleichmittel da kann auch mal ein Päckchen Backpulver verwendet werden. Bei Waschttemperaturen bis 60° C können die Schalen zweimal verwendet werden.

Für die Haar- und Körperpflege stellst Du Dir einen Sud her. Hierfür kochst Du 3-6 Nußschalen in ca. einem Liter Wasser (5 Minuten). Dann nimmst Du die Schalen heraus und der Sud ist fertig. Eine genaue Dosierungsanleitung können wir auch hier nur schwer geben, da jeder Mensch anderes Haar mit unterschiedlichen Ansprüchen hat. Du wirst die Dosierung mit der Du am besten klar kommst schnell heraus finden. Massiere die Lösung in das feuchte Haar ein und spüle hinterher mit klarem Wasser aus. Fertig!  
Ein Tip: Gib doch für das Händewaschen und die tägliche Körperpflege die Waschnußlösung einfach in einen Seifenspender.

### **Ökologie**

Waschnüsse wachsen an Bäumen, die nach etwa zehn Jahren die ersten Früchte tragen, welche dann ungefähr neunzig Jahre lang geerntet werden können. Geerntet wird einmal im Jahr. Allein diese Tatsache stellt einen wesentlichen Aspekt der Nachhaltigkeit dar, da diese Pflanze nicht nach einmaliger Ernte ein Ödland mit ausgelaugten Böden hinterläßt. Es hat sich hingegen gezeigt, daß sich diese Bäume sogar gut auf ehemaligem Ödland anbauen lassen und dergestalt, durch fehlerhafte Bewirtschaftung ausgelaugte Böden, wieder neu erschließen können. Auf diese Weise kann man mit ihrer Hilfe einer fortschreitenden Desertifikation entgegenwirken und Bodenerosionen stark verringern. Bäume nehmen während ihrer langen Lebenszeit jede Menge des für den Treibhauseffekt verantwortliche Gas Kohlendioxid auf und produzieren gleichzeitig Sauerstoff. Wer in seinem Haushalt Waschnüsse verwendet, kann dies mit absolut reinem Gewissen tun. Sie sind zu 100% biologisch abbaubar und lassen sich somit getrost mit dem Kompost Müll entsorgen. Oder man kocht sie vorher noch einmal kräftig auf und besprüht mit dem Sud Zimmer- und Gartenpflanzen. Waschnüsse stehen in dem Ruf, Pflanzenschädlinge wirkungsvoll bekämpfen zu können. Jüngste wissenschaftliche Versuche auf diesem Gebiet scheinen das zu bestätigen. Ein jeder mag sich dazu aufgerufen fühlen nach Lust und Laune selbst zu experimentieren.

Auch das Abwasser eines Waschganges mit Waschnüssen ist absolut unproblematisch, was besonders die Nutzer von Brauchwasseranlagen besonders interessieren dürfte. Selbst in den Abwasserkanälen dürfte sich die positive Wirkung der Waschnuss bald zeigen, wenn nur genügend Haushalte auf dieses umweltfreundliche Reinigungsmittel umsteigen würden, denn es ist bekannt, daß das Saponin aus der Waschnuss selbst den Abbau unterschiedlichster Gifte unterstützt.

### **Wirtschaft**

Die Waschnuss ist billig, sehr billig. Auf dem Markt ist für den Endverbraucher 1 kg Ware für 20 - 30 Euro erhältlich. Für wie viele Waschgänge diese Menge ausreicht ist nicht pauschal zu sagen, da dies zum einem von der Verschmutzung der Wäsche (die Waschnuss läßt sich hervorragend nach Bedarf dosieren), und zum anderen ganz entscheidend von der Qualität der Nüsse abhängt. Bei qualitativ hochwertigen Waschnüssen reicht 1 kg aus für 150-200 Waschgänge, für eine vierköpfige Familie die etwa drei Waschgängen pro Woche hat braucht über ein Jahr kein Waschmittel gekauft werden. Damit ist es nur halb so teuer wie herkömmliches Wascpulver.

Für das Ursprungsland Indien könnte der Anbau und Export zu einer großen wirtschaftlichen Chance werden, wenn dieses Produkt sich auf dem europäischen Markt etablieren würde. Immerhin reichen wenige Soapnut-Bäume aus um den Lebensunterhalt einer indischen Familie zu sichern.

Hier liegt aber auch genau unsere Verantwortung. Bei allzuvielen Produkten aus der dritten Welt hat sich schon gezeigt, daß, wenn die Industrienationen eben dieses Produkt erst einmal für den eigenen Markt entdeckt haben, alsbald ein Preisverfall einsetzt, durch den der Endverbraucher spart. Eine Vielzahl von Zwischenhändlern und Spekulanten profitieren, die Qualität der Ware leidet und der Farmer im Ursprungsland schließlich verarmt. Diese Entwicklung konnte bei der Waschnuss bislang nicht beobachtet werden und es gilt, dieser beispielsweise durch Qualitätskontrolle und Preisbeobachtung entgegenzuwirken.

Quelle, weitere Infos und Bestellung unter:

<http://www.waschnuss.at/>

<http://www.waschnuss.org/>

<http://www.waschnuss.com>

<http://www.waschnuss.info/>

