

Ueber einige harntreibende Kräuter

Autor(en): **Keller**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Sauter's Annalen für Gesundheitspflege : Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf**

Band (Jahr): **31 (1921)**

Heft 4

PDF erstellt am: **12.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-1037757>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Sauter's Annalen

für Gesundheitspflege

Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgegeben unter Mitwirkung von Aerzten, Praktikern und geheilten Kranken.

Nr. 4

31. Jahrgang der deutschen Ausgabe.

April 1921.

Inhalt: Ueber einige harntreibende Kräuter. — Schlaflosigkeit. — Schreien der Kinder. — Das sittliche Ideal der Zukunft. — Der deutschen akademischen Jugend! — Die körperliche Erziehung unserer Kinder und Jugend. — Häßlicher Mundausschlag durch Zahnwasser. — Korrespondenzen und Heilungen: Masernfälle, Scharlachfälle.

Ueber einige harntreibende Kräuter.

Von Dr. med. Keller, Badearzt und Kurhausarzt,
Bad Wörishofen.

Ein vorzügliches Unterstützungsmittel der Wasserkur finden wir in den Heilkräutern. Mit vollen Händen teilt Mutter Natur ihre Gaben aus, aber leider mangelt oft den Menschen das richtige Verständnis für die vielen heilbringenden Pflanzen. Schon in grauer Vorzeit kannte man die Heilkräuter und zog mannigfaltigen Nutzen daraus. Im Laufe der Jahrhunderte aber geriet die Wissenschaft in Vergessenheit. Es ist ein Verdienst des Prälaten Aneipp, neben seiner Wasserkur auch die Heilkräuter wieder zu Ehren gebracht zu haben.

Uns sollen heute einige Pflanzen beschäftigen, deren Wirkung vornehmlich eine diuretische, d. h. harntreibende ist: das Zimmerkraut, die Erdbeere, die Hagebutte und die Wachholderbeeren.

Die Organe des Körpers, besonders die Niere, haben es notwendig, öfters durchspült zu werden, damit Gifte, vor allem die Blutgifte ausgeschieden, schädliche Stoffwechselprodukte herausbefördert oder Gebilde, welche die Harnkanälchen verstopfen, herausgeschwemmt werden. Kommt

es zu Wasseransammlung im Körper, sei es im Ganzen in Form der Wassersucht oder in Teilen in Form der Transsudate, dann braucht der Organismus harntreibende Stoffe. Wollen sich in der Niere Steine bilden, dann müssen die diuretischen Mittel dem Kristallisationsbestreben der dort ausgeschiedenen Substanzen entgegenwirken. Bei Entzündungszuständen der Harnwege bildet sich immer ein dicker, salzreicher Harn; den zu verdünnen und damit die Reizwirkung auf die Harnwege abzuschwächen, ist Aufgabe der diuretischen Stoffe.

Eines der besten harntreibenden Mittel ist das Zinnkraut (*Equisetum arvense*). Gar mannigfach sind die Namen für diese Pflanze: Scheuergras, Rannenkraut, Schafheu, Schachtelhalm u. a. mehr. Ueberall wächst es, am besten ist jedoch das auf trockenen Wiesen und guten Aeckern. Der Geschmack des Zinnkrautes ist zusammenziehend, etwas bitter und salzig. Seine Wirkung auf den Organismus ist eine reinigende, also harntreibende, dann auch eine adstringierende, d. h. zusammenziehende. Ueber letztere Wirkung soll heute nicht gesprochen werden. Wie oft kommt es vor, daß Patienten bei der Durchführung der Wasserkur über starken Urindrang, besonders bei Nacht, klagen;

hierüber sollten sie aber nicht ängstlich sein, im Gegenteil sich freuen. Die Wasserkur will ja ausscheidend wirken; ist sie ja allein schon durch ihren Einfluß auf die Blutzirkulation ein prachtvolles harntreibendes Mittel, um so viel mehr noch, wenn ein harntreibender Tee dazu verordnet wird. Bei Blasenkatarrh und Nierenleiden leistet der Zinnkrauttee Hervorragendes. Einmal sah ich auch eine vorzügliche Wirkung bei Nierensteinleiden. Ein Patient hatte sehr viel unter Nierensteinkoliken zu leiden. Nach Ansicht seiner behandelnden Aerzte hatte nur eine Operation Aussicht auf Erfolg. Da gebrauchte der Kranke eine Wasserkur und trank fleißig Zinnkrauttee. Und eines Tages ging der Stein völlig schmerzlos ab, und seitdem ist kein Rückfall mehr eingetreten.

Milder in ihrer Wirkung ist die Erdbeere (*Fragaria vesca*) und ihre Blätter. Die Erdbeere ist bei uns überall in sonnigen Waldungen zu treffen. Sie blüht von April bis Juni. Die eirunden und gezähnten Blätter werden im Mai gesammelt. Kneipp empfiehlt die Erdbeerkur zur Blutreinigung, besonders bei Gries- und Steinleiden. Der Erdbeerblätterttee ist nicht nur ein sehr wohlschmeckender und billiger Ersatz des chinesischen Tees, namentlich in Verbindung mit Waldmeister, sondern er hat auch bei Nieren- und Blasenleiden eine vorzüglich harntreibende Wirkung. Joachim Camerarius schreibt in seinem Kräuterbuch (1586) über den Erdbeerblätterttee: „... es führet aus das Gries und den Stein, treibet fort den verstandenen Harn und heylet die Geschwüre der Niere“.

Allgemein bekannt ist die Heckenrose (*Rosa canina*), auch Hagebuttenstrauch genannt. Sie blüht im Juni und Juli, die Früchte reifen Ende September und im Oktober. Das Mark der Früchte gibt eine vorzügliche Marmelade, die gut getrockneten Früchte oder auch die

Kernchen allein einen guten Tee. Hagebuttentee ist gut und mild für Nieren und Blase; er treibt Wasser, reinigt die Niere und Blase von Rückständen und verhütet dadurch Gries- und Steinbildung.

Wachholder (*Juniperus communis*) wächst meist als Strauch. Seine Blüte fällt in die Monate April und Mai. Die reifen Beeren werden im Herbst gesammelt. Sie schmecken harzig gewürzhaft, bitterlich süß und haben angenehmen Geruch. Gar vielseitig ist ihre Verwendung als Räuchermittel, zur Magenkur. Uns interessiert vor allem die harntreibende Wirkung. Bei Stein und Gries, bei Nieren- und Leberleiden haben die Wachholderbeeren seit alters einen guten Ruf. Die jungen Sprossen des Wachholderstrauches sind als Tee ein bewährtes Mittel bei Anfängen der Wassersucht und zur Reinigung des Blutes.

Ein Tee von Zinnkraut, Erdbeerblättern, Hagebutten und Wachholderbeeren ist ein vorzügliches Unterstützungsmittel der Wasserkur. Besonders empfehlenswert halte ich diesen Tee für ältere Patienten, bei denen sich schon Zeichen der Gefäßveränderung (Arteriosklerose) bemerkbar machen, dann auch für alle diejenigen, welche zur harnsauren Diathese, also zu Gicht und Rheumatismus disponiert sind. Bei diesen Krankheiten spielt die Harnsäure eine sehr große Rolle, und unser Bestreben muß sein, dieselbe aus dem Körper auszuleiten. Für Nieren- und Blasenkrankte ist ein Tee von Zinnkraut und Hagebutten von bester Wirkung.

(Kneipp-Blätter.)

Schlafllosigkeit.

Aus unsere Kinderkrankheiten von P. Moser.

Ein gesundes Kind muß von Geburt an viel, aber auch ruhig und sanft schlafen; je älter