

Unsere Heilkräuter

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **3 (1945-1946)**

Heft 7

PDF erstellt am: **15.08.2024**

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.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

<http://www.e-periodica.ch>

acht Tage im Bett oder wenigstens im warmen (jedoch stets gut gelüfteten) Zimmer. Dies muss vor allem bei schwächlichen Kindern, bei denen Komplikationen provoziert werden könnten, beobachtet werden. A. V.

Fortsetzung in der nächsten Nummer!

Unsere Heilkräuter

Johanniskraut (*Hypericum perforatum*)

Wenn wir zwischen Alpenrosen und Legföhren in 1600 bis 1900 Meter über Meer die Höhenzüge durchstreifen, dann finden wir in dem bunten Blumentepich auch einige gelbblühende Heilpflanzen. Die Arnika mag darunter sein, Goldruten sind bestimmt da, aber auch das Johanniskraut lässt sich von den Alpwiesen nicht wegdenken. Die Kühe fressen diese Pflanze nicht gern, sie mag zu herb schmecken, und oft sieht man an den treppenartig anmutenden Böschungen der Alpweiden ganze Büschel Johanniskraut. Die alpine Form des Johanniskrautes, die nur einen aufrechten Stengel und oben ein Krönchen gelber Blüten hat, ist die beste in der Heilwirkung. Im Tiefland ist die Pflanze wuchtiger und grösser und hat viele Verzweigungen, die zusammen ein schönes Blumenbouquet bilden. Ich selbst habe fünf verschiedene Johanniskrautarten in der Schweiz gefunden, von denen drei als heilwirkend verwendet werden konnten. Eines haben alle drei Heilwirkenden gemeinsam, und das sind die perforierten Blättchen, die kleine Löchlein aufweisen, und deshalb wird die Pflanze auch als «*Hyp. perforatum*» bezeichnet. Am ehesten kann man dies erkennen, wenn man die Blättchen gegen die Sonne hält, dann sieht man das Licht durch die kleinen Löchlein dringen. Vor kurzer Zeit ging eine Mitteilung durch die Zeitungen, dass das Johanniskraut einen so wirksamen Stoff enthalte, dass es für Mensch und Tier gefährlich sei. Ein Fräulein Doktor der Chemie hat da scheint's etwas Neues herausgefunden in ihrem Laboratorium und posaut nun irgend eine verkehrte Beobachtung als Warnung in den Blätterwald der Zeitungen. Wenn Johanniskraut für die Kühe so schädlich wäre, dann käme dies schlimm heraus auf unseren Appenzellerweiden, wo es Plätze gibt, die fast ausschliesslich nur aus Johanniskraut bestehen. Noch nirgends in der Schweiz habe ich so viel alpines Johanniskraut gefunden, wie in den Appenzellerbergen, und ich freue mich über dieses reichliche Sammelgebiet.

Wem wäre das wunderbare Johannisoel nicht bekannt, das schon zu Grossmutter's Zeiten seinen heilwirkenden Dienst versehen hat! Bei Magenkatarrhen, Geschwüren in Magen und Darm, sowie bei verdorbenen Schleimhäuten ist Johannisoel ein Wundermittelchen. Wie manches mal hat Johannisoel schon geholfen, wenn es der Verstopfung nicht mehr Herr werden konnte und alles versagt hat. Es wirkt nämlich nicht nur auf den Darm, sondern auch auf die Leber vorzüglich. Auch bei Brandwunden gibt es bis heute noch nichts besseres als Johannisoel. Darum sollte man bei Sonnenbrand auch an dieses alt bewährte Heilmittelchen denken. In meinem Salboel ist die Grundlage seit 20 Jahren Johannisoel, und dieses Hautfunktionsoel verdankt seine hervorragende Wirkung zum grossen Teil dem Johannisoel. Wer jedoch echtes Johannisoel haben möchte, muss es entweder selbst herstellen oder von einem Fachkundigen beziehen, der dieses Produkt richtig herstellt. Es wird nämlich viel mit Alkanin gefärbtes Salatoel als Johannisoel verkauft, oder wenn es gut geht, in Oel ausgekochtes Johanniskraut. Dies hat gar keine Heilwirkung, denn das echte Johannisoel muss roh hergestellt werden und zwar wie folgt: Die Blüten, besser noch die gelben Knospen (wenn sie schön entwickelt sind, bevor sie sich öffnen), werden gesammelt und durch eine Hackmaschine gelassen oder mit dem Hackmesser fein geschnitten. Dieser Knospen- und Blütenbrei wird in Oel, (am besten Sonnenblumen- oder Olivenoel) angesetzt und im Schatten sechs bis acht Wochen stehen gelassen. Dann wird alles abgepresst, und wenn es nicht schön blutrot ist, wird das

gleiche nochmals angesetzt. Man beachte, dass das angesetzte Oel nicht (wie üblich) an die Sonne gestellt werden darf, da sonst das Oel schneller ranzig wird. Das abgepresste Oel wird nun noch durch Watte oder durch einen Papierfilter gereinigt, sodass es ganz klar wird.

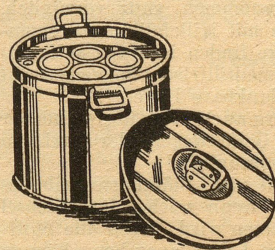
Ich habe vor dem Kriege jedes Jahr bis zu 200 Liter Johannisoel hergestellt, und es gehörte immer zu meinen schönsten Zeiten, wenn ich zum Pflücken schon morgens beim Sonnenaufgang auf dem Alpstein in den Kräutern sein durfte. Nun ist es auch dieses Jahr wieder möglich, und ich darf deshalb all meinen Johannisoelverbrauchern bald mitteilen, dass es wieder lieferbar ist.

Mit dem Johannisoel allein aber ist der Wirkungseffekt des Johanniskrautes noch nicht erschöpft. Wer sich in den Bergen eine Wunde verursacht oder eine Nervenentzündung zuzieht, der vererbe zerstoßenes, frisches Johanniskraut auf der schmerzenden Stelle und lege das zerquetschte Kraut auf die leichteren Wunden, besonders auf Schürfungen. Die Heilung wird in der halben Zeit erfolgen.

Aus der ganzen Pflanze wird auch ein Frischpflanzenextrakt hergestellt, der sowohl als Urtinktur, wie auch in niederen Potenzen in der Homöopathie wie folgt verwendet wird:

Gegen Nervenschmerzen, besonders bei Nervenverletzungen wirkt die Tinktur äusserlich eingegeben, wie auch tropfenweise eingenommen, sehr gut, auch wenn starke Betäubungsmittel nicht mehr zu wirken vermögen. Nach operativen Eingriffen sollte man zum Heilen, d. h. Ausheilen, immer Hypericum-Frischpflanzenextrakt gebrauchen (oder Arnika-Wurzelperkolat). Bei Rückenmarksleiden, besonders wenn Verletzungen dabei eine Rolle gespielt haben, ist Hypericum eine dankbare Hilfe. Schmerzen nach operativen Eingriffen oder Verwundungen werden mit Hypericum am schnellsten beseitigt. Der bekannte Scheitel-Kopfschmerz mit einem Wundheitsgefühl kann mit Hypericum gut beeinflusst und langsam beseitigt werden, besonders wenn geistige Anstrengung dabei als Ursache bezeichnet werden muss. Auch bei Starrkrampf (Tetanus), einer Infektionskrankheit, gegen die wir bis jetzt kein zuverlässiges, homöopathisches Mittel haben, soll Hypericum schon geholfen haben. Ich habe dies etliche Male von ausländischen Kollegen vernommen, habe aber diesbezüglich noch keine eigene Erfahrung machen können.

Im Hypericum-Komplex, diesem hervorragenden Frauen- und Venenmittel ist der Frischpflanzenextrakt des Johanniskrautes ein wesentlicher Bestandteil. Halten wir also dieses Kräutlein in gebührenden Ehren und achten wir darauf, wenn wir in den Bergen wandern oder an Wald-rändern und Steinbrüchen vorbeigehen, ob wir dieses gelbblühende Heilkraut bemerken. Vergessen wir dabei nicht, dass die Blättchen beim echten Johanniskraut gelocht, (perforiert) sind, und dass Blüten und Knospen, wenn man sie auf dem Fingernagel zerdrückt, einen roten Saft absondern, das Johannisblut, in dem die eigentliche Heilkraft liegt.



S. LINDER - ZÜRICH 13

Wissen Sie noch nicht,
dass Sie

YOGHURT

von allerbesten Qualität mit dem «Para»-Apparat zu Hause selbst spielend leicht herstellen können?

Vater, Mutter und Kinder können dieses natürliche, wunderbare, gesunde und erfrischende Nahrungs- u. Heilmittel täglich nach Herzenslust essen, denn zu Hause mit dem «Para»-Apparat hergestellt, fast so billig wie Milch.

Glänzende Referenzen!

Postfach Obersträß
Telephon 266128