Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 3 (1945-1946)
Heft: 10

Artikel: Eine Fahrt in die Kräuter
Autor: A.V.
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-968702

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 15.07.2025

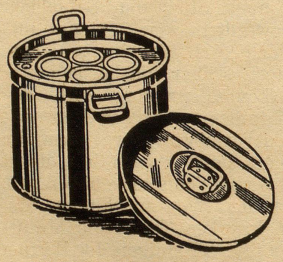
ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

ziert wie kein zweites Mittelchen, ohne die geringsten Nebenwirkungen aufzuweisen. Sehr gut ist auch das öftere Gurgeln mit Heilerde, da solche die schlechten Stoffe an sich zieht und wegschwemmt. Auch bei Kleinkindern reinige man das Mündchen so gut als es geht mit Citronensaft, eventuell verdünnt, wenn entzündete empfindliche Stellen im Mündchen vorhanden sind. Auch mit Pfefferminztee ist eine Mundreinigung sehr gut und zugleich erfrischend.

Die seelische Beeinflussung des Kranken ist von ganz grosser Bedeutung und vielfach für den Schwerkranken entscheidend, um wieder aufkommen zu können. Wer einen Kranken pflegt, sollte seelisch im Gleichgewicht sein oder sich wenigstens aus Liebe zum Kranken Mühe geben, seine inneren Schwierigkeiten selbst zu verarbeiten. Ein fröhliches Gemüt und eine liebe, aber feste Hand und Haltung ist das, was uns aus unserer Kindheit bestimmt noch angenehm an unsere Mutter erinnert, vorausgesetzt, dass es so war. Wie wohltuend wirkt der Arzt, wenn er sicher und gefasst ins Krankenzimmer tritt. Wie leicht wird es dem Patienten, wenn er im Vertrauen zu seinem Helfer aufblicken kann. Wie enttäuscht ist er aber, wenn das Resultat seines Besuches nur auf einer Giftspritze oder einem Röllchen Cibazol beruht. Dies nur nebenbei, um zu zeigen, wie es vielfach und unter natürlichen Voraussetzungen sein sollte und könnte.

Wer pflegt, sollte dem Kranken wenn möglich nicht in gedrückter Stimmung begegnen, er sollte zuversichtlich sein und die Krankheit nicht durch eine schwarze Brille betrachten, sondern auf die von Gott in unseren Körper gelegten Naturgesetze vertrauen und sich bemühen, diesen Gesetzen entsprechend zu handeln. Der Kranke wird Dir dankbar sein, auch wenn der Pflegende eine feste Haltung beibehält und nicht auf Schrullen einzugehen gewillt ist. Er schätzt die feste innere Haltung mehr als die Erfüllung aller unvernünftigen Wünsche. Wichtig ist auch, wenn man den Kranken nicht bedrückt durch falsche Ansichten, wenn man ihm nicht beibringen will, dass sein Leiden eine Folge seiner Sünden sei, wie es die unedlen, frömmlerigen Freunde Hiob gegenüber getan haben. Man sollte den Kranken überhaupt nicht durch vieles Reden aufregen, und das, was man spricht, sollte wertvoll und beruhigend sein. Auch bei Kleinkindern sollte man nicht etwa denken, sie seien unempfindlich gegen unsere Gefühle. Jede Mutter, die dies glaubt, irrt sich. Der Säugling spürt sowohl den Unwillen, als auch die Ungeduld des Herzens wohl und reagiert prompt auf eine gehässige Stimmung. Vergessen wir also den Wert der seelischen Beeinflussung nicht, und bemühen wir uns, um das Krankenbett ein erträgliches Milieu, besser gesagt, eine angenehme Atmosphäre zu schaffen. Wer diese Grundregeln beachtet, bei dem ist es nicht mehr schwer krank zu sein und bestimmt würde die Sterblichkeit, vor allem diejenige bei Kindern und Säuglingen um etliche Prozente niedriger werden.

A. V.



Wissen Sie noch nicht, dass Sie
YOGHURT
von allerbester 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!

S. LINDER - ZÜRICH 13
Postfach Oberstraß
Telephon 266128

Knochenhautentzündung

Ach, eine kleine Fussverletzung, ein paar weggerissene Hautfetzen, das kann passieren, wenn man auf den Kulturen arbeitet. Man lässt die Wunde kräftig bluten und dann heilt eine leichte Verletzung am besten. So dachte ich bei einer Verletzung am linken Fusse, die ich mir vor sechs Wochen zugezogen hatte. Wohl war es bis jetzt jahrelang immer so gehalten worden und da alles immer ohne weitere Folgen verlaufen ist, glaubt man, es sei auch diesmal auf die gleiche Weise in Ordnung. Aber schon nach zwei Tagen entzündete sich der Fuss und die ersten Anzeichen einer Blutvergiftung wurden wahrnehmbar. Zwei Lehmwickel brachten die Symptome wieder zum Verschwinden. Statt mit der Behandlung weiter zu fahren, wie man es hätte tun sollen, wurde damit wieder aufgehört, denn für sich selbst hat man bekanntlich keine Zeit. Von Zeit zu Zeit, besonders nachts, wurde ein dumpfer Schmerz wahrgenommen, der immer tiefer zu gehen schien und der nach circa zehn Tagen eines nachts derart stark wurde, dass es fast nicht mehr zum Aushalten war. Eine Entzündung der Knochenhaut durch eine vernachlässigte Infektion war in Erscheinung getreten. Lehmwickel halfen nichts mehr, d. h. der Wickel war kaum mehr zu ertragen, die sonst so wohltuenden warmen Kräuter-Dauerbäder vermochten keine Linderung des Schmerzes zu erwirken. Nach zwei furchtbaren Nächten entschloss ich mich, eine kräftige Baunscheidtableitung vorzunehmen und siehe da, nach circa zwei Stunden war der Schmerz vollständig verschwunden. Die Entzündung, d. h. der innere Brand wurde nach aussen gezogen und somit die Ursache des Schmerzes weggeführt. Wie viel einfacher ist eine solche Behandlung im Vergleich zur allopathischen Methode, bei welcher zuerst schmerzstillende Mittel gegeben worden wären, nachher wäre eine chirurgische Behandlung eingeschaltet worden, die Wochen, vielleicht monatelange Bettlägerigkeit zur Folge gehabt hätte. Nur derjenige, der selbst schon derart furchtbare Schmerzen in kurzer Zeit weggeschafft erhält, begreift, wie angenehm eine solch natürliche Hilfsmethode empfunden werden kann.

Eine Fahrt in die Kräuter

Obschon wir einen strengen Tag hinter uns haben, besteigen wir nach Feierabend unseren Wagen, mit Säcken, einer kleinen Spatenschaufel und mit Freude ausgerüstet, denn es geht in die Kräuter. Im Reflexlichte der untergehenden Sonne passieren wir Bühler und Gais, um über den Stoss mit der herrlichen Aussicht in die Berge, dem Rheintale zuzusteuern. Nun geht es durch die Pappelalleen der Rheintalstrassen, die uns unwillkürlich an die Liebhaberei Napoleons erinnern, der seine nach ihm benannten Strassen vielfach mit Pappeln bepflanzen liess.

Bald ist der Gonzen in Sicht und nun geht es hinauf in die Kräuterfelder. Eine steile Bergstrasse stellt an den Wagen grosse Anforderungen und dutzende scharfer Kehren zeigen uns, dass die Strasse nicht für den Automobilverkehr gebaut worden ist. Inzwischen ist es dunkel geworden und die immer schöner werdende Natur spiegelt sich im Lichte der Scheinwerfer wie ein grosses Welttheater mit gigantischen, stets wechselnden Kulissen. Grosse Bäume, schlagreife Wälder wechseln mit Geröllhalden und einem Gemenge von Felsblöcken, die wiederum mit einem wilden Durcheinander von Erlen und Bergweiden bewachsen sind. Da, nach einer scharfen Kehre kommt wieder ein Hochriet in den Lichtkegel des Scheinwerfers, bunt beblümt mit dem satten Blau der Aconitum napellus. Da steht sie, die Wunderpflanze, die unser Fieber zu bannen vermag und in hoher Potenz den Frauen in den Wechseljahren die Wallungen wegzunehmen imstande ist. Beim Abdrehen des Wagens erwischt mein Auge gerade noch eine Gruppe mächtiger Angelikapflanzen, die nicht umsonst den Namen Engelwurz tragen, helfen sie doch auch dann noch, wenn alle Mittel für den

Magen, die Bronchien, ja sogar für die Bauchspeicheldrüse zu versagen scheinen. Nun sind wir schon über 1600 Meter gestiegen und die Strasse wird schmäler und steiler, die Natur dafür umso romantischer. Gigantische Baumriesen stehen neben einem Gewirr grosser, bunt bewachsener Felsblöcke. Alte, graue Baumstümpfe stehen wie gebannte Berggeister zwischen den mächtigen moosbehangenen Bergtannen, die von den Stürmen und der Last ihrer Jahre eine stumme und doch so beredte Sprache sprechen, die sowohl in dem rauhen, borkigen Rindenmantel, als auch in den knorrigen, dicken, wohl verankerten Wurzeln zum Ausdruck kommt.

Dicht am Wege verfängt sich der Scheinwerfer auch im saftigen Blattgrün der Imperatoria ostruthium, die von den Alten als geheimes Mittel gegen giftige Bisse, faulende Wunden und zum Wassertreiben gebraucht worden ist, vor allem aber auch, um bei Frauen die bösen Milchknoten zu verteilen. Deshalb wohl, wurde dieser scharf schmeckenden Pflanze der Name Meisterwurz gegeben.

Immer wieder leuchtet es zwischen dem Grün gelb auf. Da und dort stehen die blütenreichen Stengel der Goldrute oder Solidago virgaurea in leuchtendem Golde da und wechseln zwischen dem Grün wie rasch aufleuchtende Kerzen, um wieder im Dunkel zu verschwinden. Nun sind wir über der Waldgrenze und das Scheinwerferlicht streift über die Alpweiden hinweg ins Unendliche. Noch ein paar Kehren, und wir sind am Ziele, einem Berggasthause, das uns gastlich aufnimmt.

Mit dem Morgengrauen steigen wir, mit unseren Sammelutensilien bewaffnet, durch die mit Enzian, Erika und Arnika beblumte Alpweide hinauf ins Kräutergebiet. Auf dem Kamm neben den Steinmauern beginnen die Plätze des Johanniskrautes, und nun heisst es: zupfen, zupfen, und noch einmal zupfen, um die köstlichen Säfte für das Johannisöl und den Hypericum-Frischpflanzenextrakt herstellen zu können. Fette Knospen und Blüten der hochalpinen Johanniskrautart liefern die besten Rohstoffe eines wirksamen Heilmittels. Da steht auch die kurzstielige alpine Schafgarbe mit ihrem würzigen Duft und dem noch würzigeren Geschmack. Hunderte davon machen ihre Reise in unsere Baumwollsäcklein, um zuhause zum wirksamen Millefolium-Frischpflanzenextrakt verarbeitet zu werden. Damit kann den vielen Kranken, die an Hämmorrhoiden zu leiden haben, geholfen werden. Zudem ist Millefolium ein Bestandteil des Hypericum-Komplexes, der den schwangeren Frauen leichtere Geburten verschafft und gegen Thrombosen und Embolien wirkt wie kein zweites Mittel. «Aber nicht ohne mich», würde da die Arnika sagen, wenn sie reden könnte, und sie hätte recht, denn die Venenentzündungen könnten ohne den Extrakt dieser Wunderwurzel nicht geheilt werden. So stehen sie alle da, die Komponenten des Hypericum-Komplexes, zusammen auf der Alp und wieder zusammen in dem heilwirkenden Naturmittelchen. «Mich aber habt ihr vergessen», würde die Pulsatilla einwenden, wenn sie auch da wäre, jedoch leider hat sie zur Zeit der Arnikablüte ihr zart bepelztes Köpfchen schon wieder für ein ganzes Jahr schlafen gelegt.

Ein kühler Nebelschwaden streift an mir vorbei und erinnert mich plötzlich an ein leichtes Kratzen im Halse, das mich schon einige Tage geplagt hat. Ich schaue mich nach Hilfe um, und siehe da, da steht ja in einer Felsspalte der Alpenspitzwegerich, auch Ritzen genannt, mit seiner guten Wirkung für den Hals. Ohne mich lange zu besinnen, nehme ich einige der nicht gerade zarten Blättchen und zerkaue sie gründlich. Der Saft ist nicht gerade gut, aber ich bin sicher, dass ich am Abend von meinem Kritzen im Hals und somit auch von der Gefahr eines Katarrhs befreit bin. Zwischen dem Grün der Alpgräslein hervor leuchtet das tiefe Blau der bitteren Kreuzblume, die mit ihren kleinen, bescheidenen Glöcklein bestimmt auch dazu beitragen darf, den Bergfrieden einzuläuten. Wie mancher Frau, die ihrem Liebling keine oder zuwenig Milch geben konnte, hat dieses schlichte Pflänzlein schon geholfen. So nehmen wir denn einige der hilfsbereiten Glöcklein mit, um das nach ihnen benannte Mittel «Polygalin» herstellen zu können, das den stillenden Müttern die Milchbildung fördert.

Zwischen Legföhren und Alprosen, neben Arven und Bergwacholder, stehen sie da, unsere lieben, hilfsbereiten Blumenfreunde, von vielen Menschen verkannt und zertreten, dennoch aber kleine Wohltäter der leidenden Menschheit. Wie manchen Menschen geht es genau so, wie viele werden achtlos zertreten, weil ihr Helfersinn der kompakten Majorität nicht ins Programm zu passen scheint.

Der Tag neigt sich seinem Ende zu, wir müssen uns trennen von unserem lieben Pflanzengarten. Schwer beladen kehren wir zu unserem Auto zurück, das inzwischen dem argwöhnischen Geschnupper der Kühe ausgesetzt war. Ungern gehen wir wieder hinunter ins Tal, und doch, die Pflicht ruft, die Pflanzen müssen frisch verarbeitet werden. Zu Hause angelangt, kommen uns die stählernen Helfer, unsere Maschinen zu Hilfe, um alles noch möglichst rasch soweit zu verarbeiten, dass nichts verloren geht von den aufgespeicherten Kräften der konzentrierten Sonnenenergie, verbunden mit den wertvollen Mineralien unserer Bergwelt. *A. V.*

Früher und jetzt

Eine Betrachtung über schlimme und schlimmste Folgen von Nervosität

Es geht ein Schrei durch die Menschheit hin: «schnell, schnell, schnell, rasch, immer rascher!» Wozu denn? Um Zeit zu gewinnen und um doch nie Zeit zu haben, um zu sich selbst kommen zu können!

Man teilt sich die Zeit schön ein, keine Minute wird mehr verschenkt. Es würde beinahe als Verbrechen bewertet, wollte man noch wirken, wie man es früher tat, ruhig, stetig, nicht auf den kleinsten Zeitpunkt zusammengedrängt, um möglichst viel Zeit für die eignen Interessen erübrigen zu können. Es ist wahr, durch all die sozialen Bemühungen, dem Menschen Zeit für sich zu verschaffen, ist es gelungen, Gesetze aufzustellen, die die Freizeit eines Jeden regeln und sichern. Ist man dabei aber im Grunde genommen weiter gekommen? Hat man verhindern können, dass dies auf Kosten der innern Ruhe, der Gelassenheit und der unersetzlichen Zufriedenheit geschehen ist? Nein, dies konnte man trotz aller Bemühungen nicht umgehen. Wohl ist man aufs Aeusserste trainiert worden, um allen Anforderungen, die die moderne Zeit stellt, Genüge leisten zu können, aber man ist nicht mehr trainiert, um seine Wünsche zu beherrschen und aus der Bescheidenheit den Genuss der Ruhe zu schöpfen. — Man ist wohl trainiert, die Arbeit rasch, zielbewusst und möglichst rationell zu betreiben, die Würze aber fehlt, die Liebe zur Pflicht, die tiefinnewohnende Verbundenheit mit ihr und die daraus resultierende Befriedigung. Wenn aber doch das Leben so manches mit sich bringt, was nicht erfreuen und befriedigen kann, ist es dann nicht die beste Lösung alles rasch abzuwickeln, um zu dem zu gelangen, was eben erwünscht ist und zu ergötzen vermag? Es ist dies ein Standpunkt, wenn schon die Rechnung dabei in gewissem Sinne ohne den Wirt gemacht worden ist. Wer vergisst, dass das Leben aus dem Alltag besteht, der kommt zu kurz, wenn sich dieses nur in unliebsamer Eile abwickeln muss. Was bleibt ihm denn dann noch übrig? Ein kleines Restchen, das man, weil eben klein, möglichst erschöpfend auswerten muss. Auf diese Weise bleibt man immer in höchster Spannung, und die allgemeine Nervosität unsrer Tage ist erreicht.

Wie war es doch früher, wo man so viel weniger technische Hilfsmittel hatte, wo der Dichter noch, ohne scheel angesehen zu werden, singen konnte: «Und was me früeh am Vieri tuet, das kunnt aim z'Nacht am Nüni z'guet!» Anstatt hastig das unliebsame Tageswerk abzuwickeln, sollte man versuchen, auch dem Unangenehmen einen Reiz abzugewinnen. Was man mit Liebe zu vollbringen vermag, raubt weniger Kraft. Der Impuls der Freudigkeit gibt Schwung und löst die Spannung.