Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 7 (1949-1950)

Heft: 5

Rubrik: Unsere Heilkräuter

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: 02.07.2025

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

wo Gesundheit und Lebenskraft strotzen, wo nur die Naturgewalten mit harter Hand das Unheil herbeiführten, da wirkt sich die Tragik noch weit tiefer aus. Gemeinsam zogen die sechs Gefährten durch die Unbill hindurch, bestimmt instinktiv glaubend, ihr Zusammenhalten bilde einen gewissen Schutz für sie, gemeinsam aber ereilte sie ihr Geschick, weil keines von ihnen noch mit überlegender Klugheit inne hielt, um Schutz zu finden unter einem Felsvorsprung, einem schirmenden Baum. Gemeinsame Flucht inmitten von Sturm und Gefahr ist nicht immer das Gegebene, denn wie leicht lauern in undurchsichtigem Schneefall, in dichtem Nebel Gefahrenmomente, in die man hineinstürmt, ohne sie gewahr werden zu können. Wie oft, wenn der Sturm ausgetobt hat und die Sonne wieder die klare, weite Sicht ermöglicht, muss man schaudernd feststellen, dass man im Leben am Abgrund dahinglitt, nur weil man nicht überlegend abwarten konnte bis die Gefahr vorüber war, weil man sich nicht in der Stille beraten liess.

Als der König der Lüfte sich auf seine Beute stürzte, flogen in kreischendem Unwillen einige Raben davon. Schimpfend hielten sie sich in unmittelbarer Nähe, denn es war doch unerhört, dass sie als Erste so ohne weiteres vertrieben werden konnten. Das war zuvor dem Mäusebussard nicht gelungen. Als sich daher der Adler gesättigt wieder in die Lüfte erhob, liessen sie es sich nicht nehmen, ihm kreisend nachzufliegen, denn sie kannten ihre geschlossene Macht, sie wussten, dass sie gemeinsam sogar den Herrscher der Luft zu bedrängen und in eine gewisse Lebensgefahr zu bringen vermochten. Es tat ihrem Rachegelüste wohl, ihn mit ihrem Gekreisch zu verfolgen, denn die Beute schien ihnen ja ohnedies gesichert zu sein. Stolz zwar entschwand der königliche Vogel, aber gleichwohl blieb ein Staunen in den Herzen jener zurück, die ihn von der Erde aus beobachteten. Hier der Tod kraftstrotzender Geschöpfe der Bergwelt, dort die keifende Verfolgung des stärksten Bewohners der Lüfte durch armselig neidisches Gefieder! Ueberall freudiger Lebenswille, überall Vergänglichkeit, Gefahr und Tod. Nur ein schlichter Hinweis aus dem Buch der Bücher vermag sich in Augenblicken, die das grosse Fragezeichen des Lebens berühren, beruhigend auszuwirken, nämlich die frohe Zusicherung, dass einst keinerlei Fluch mehr sein wird.

Frühjahrsschwierigkeiten

Voll Begeisterung, dass nun die Sonne in reichlicher Wärme unsere durchwinterte Erde begrüsst, glauben wir im Frühjahr unbedenklich diesen Sonnenschein in reichem Masse geniessen zu dürfen. Ja, wir gehen sogar so weit, dass wir die Mahnungen, die wir in unsrer Kindheit nur zu oft zu hören bekamen, ganz ausser acht lassen. Wir glauben, die neuerwachte Kraft der Sonne habe auch bereits schon unseren durchfeuchteten Erdboden so völlig durchwärmt, dass er unsrer Gesundheit nichts anzuhaben vermöchte, wenn wir uns auf ihm lagern. Nur zu gerne verschönern wir unsere Wanderungen, indem wir uns auf der lieben Mutter Erde ausruhen. Wir vergessen dabei förmlich, dass uns dies im Frühjahr gefährlich werden kann, denn die Erde dünstet dann noch allerlei Gase aus. Allerlei Stoffe entströmen ihr, ob feststellbar oder nicht, sie sind der Gesundheit schädlich. Viele Erkrankungen sind auf die Unvorsichtigkeit, dass man sich im Frühling zu früh auf blosser Erde gelagert hat, zurückzuführen. Dies darf man erst im Sommer wagen, wenn der Boden richtig durchwärmt und keine aufsteigenden Gase mehr zu befürchten sind. Die nachteilige Wirkung dieses Umstandes zeigt sich sehr oft in Blasenkatarrh, Bronchialkatarrh, Nervenentzündungen, Rheuma- und Ischiasschmerzen. Es können sogar Nervenverzerrungen vorkommen, die oft lange Zeit beanspruchen, bis sie wieder in Ordnung kommen. In Anbetracht dessen, dass manche gesundheitliche Schädigungen im Frühjahr auf die erwähnte Unvorsichtigkeit zurückzuführen sind, möchte man also in Zukunft darauf achten und trotz der freudigen Dankbarkeit die notwendigen Frühjahrsregeln, die immer noch ihre altväterliche Gültigkeit besitzen, nicht gleichgültig umgehen. Diese unliebsame Einschränkung darf man dann im Sommer und gegen den Herbst hin reichlich fallen lassen und sich ausgiebiger Freiheit in Licht, Luft und Sonne erfreuen.

Unsere Heilkräuter

Geum

(St. Benediktenkraut - Nelkenwurz - Petersbart)

«Ja woher kommt denn ihr beiden Samenkinderchen? Hier in unsern Bergen seid ihr ganz unbekannte Gäste!» Erstaunt betrachtete die grossblumige Geum montana die beiden Samenschwestern, die soeben in raschem Fluge vor ihren Füssen gelandet waren. «Zuerst müssen wir uns ein wenig verschnaufen, denn es war eine grosse, ungewohnte, ja sogar unerwartete Reise, die wir soeben beendet haben. Zuerst versetzte sie uns in nicht geringen Schrekken, dann aber gewöhnten wir uns an unsern luftigen Flug und schliesslich fanden wir es schön, wie die Vögel der Lüfte dahin gleiten zu können.» So erzählten die Samenkinder der Geum urbanum, indem sie tief Atem holten. «Wir standen unten im Tale an einer alten Mauer bei unserm Mütterchen und dachten in unsrer Lebensfreude an keinerlei Aenderung. Plötzlich aber wurde es ganz dunkel und ein heftiger Sturm setzte ein. Die Wipfel der Bäume wurden hin und her gebogen, dürre Aeste fielen krachend zu Boden und brausend sang der Sturmwind sein tollstes Lied. Unsere ganze Familie kam in beängstigende Aufregung. Wir zwei hielten uns eng umschlungen. Immer heftiger rüttelte der Wind an uns, bis es ihm gelang, uns von unsrer Mutter loszureissen und emporzutragen. In atemraubendem Tempo gings hoch hinauf in die Luft. Immer kleiner wurden die Bäume unter uns, und die unsern sahen wir überhaupt nicht mehr. Ostwärts trug uns der Sturmwind, unbarmherzig weiter trieb er uns voran, aufwärts, mehr und mehr den Bergen entgegen. Wie ein Segelflug kam uns unsere Reise vor. Mählich verlor sie alles Schreckhafte und wir freuten uns durchs Bergtal hinauf und über den Kamm zu gelangen. Hier nun verlor der Wind seine Kraft, darum liess er uns sanft zur Erde gleiten, und nun sind wir hier bei euch.» Zufrieden blickten sich die beiden Geumkinder um, denn es gefiel ihnen in sonniger Höhe. «Ihr beiden könnt wirklich von Glück reden, denn wem ist es ohne weiteres vergönnt, nach solch unerwarteter Reise gleich bei Verwandten zu landen? Ich bin nämlich eure Tante, die Geum montana, auch Alpen-Benediktenkraut, Alpen-Nelkenwurz oder nach dem Aussehen meiner struppigen Samenkinder auch Alpen-Petersbart genannt. Eure Mutter nennt sich indes Geum urbanum, was auf unsere nahe Verwandtschaft schliessen lässt, denn wir gehören alle zur Geum-Familie. Weiter oben, dort, wo ihr das Gletschereis wie eine grosse, weisse Zunge erblicken könnt, sitzt Geum reptans, auch Gletscher-Petersbart genannt, ein äusserst niedlicher Geselle. Auch er hat schöne, gelbe Blüten, wie alle Geumarten, mit Ausnahme von Geum rivale, die sich den Luxus geleistet hat, ihre Blütenränder noch rot einzufassen. Gewiss ist sie deshalb die Schönste von uns allen, dafür aber haben wir die bessern Heilkräfte.» Voll Genugtuung stellte Geum montana ihren Vorzug fest, denn sie fand, dass es noch weit wertvoller sei, heilende Kräfte zu entwickeln, als nur schön zu sein. Zwar ist gewiss auch ihr Anblick schön, denn er befriedigt das Auge in vollem Mass, aber eben, sie wollte noch mehr sein als nur dieses. Voll gespannter Neugierde wollten die beiden kleinen Segelflieger, die sich inzwischen von dem Schrecken ihres ungewohnten Erlebens völlig beruhigt hatten, wissen, welcherlei Heilkräfte denn in ihnen wirksam seien? So fing denn Geum montana getreu und gewissenhaft zu erzählen an: «Meine Verwandte, die Geum reptans und ich, wir beide haben in Blätter und Wurzeln Stoffe, die gut auf das Herz wirken. Herzmuskeln und Herznerven werden gestärkt und sogar eine leichte Herzerweiterung wird besser, wenn Tee oder Ertrakt unserer Blätter und

Wurzeln längere Zeit eingenommen werden. Bei Wechselfieber und fieberhaften Erkrankungen, wie sie im Frühling vorkommen, wirkt unser Wurzelextrakt, die Geum-Tropfen, ausgezeichnet, selbst dann noch, wenn Chinarindenmittel versagen. Gegen Ruhr und sogar bei starken, blutenden Durchfällen ist der Wurzelextrakt von uns dreien, also von Geum montana, reptans und urbanum ein einzigartiges Mittel, dem nur noch die Blutwurz in ihrer Wirksamkeit gleich kommt. Im Mittelalter hat man aus Nelkenwurz, bekannt auch als St. Benediktenkraut, gute Tropfen und sogar Liköre bereitet, da eine Verdauungs- und Magenschwäche ohne weiteres damit beseitigt werden konnte.» Zufrieden schloss Geum montana ihre Erklärungen ab, während sich die kleinen Zuzügler reichlich verwunderten: «Dass du hier auf den Bergen in dieser Welt der Felsen und Steine so viel zu erzählen weisst, ist sehr verwunderlich. Von all dem haben wir noch nie etwas gehört, obwohl unsere Mutter sicher auch gut unterrichtet sein wird. Bestimmt hätte sie uns noch manches vor unserm Flug in die Fremde bekannt gegeben, wenn unsere Abreise nicht so völlig unerwartet erfolgt wäre. Mit solcher Ueberraschung haben wir alle nicht gerechnet. Eins aber hat uns unsere Mutter immer versichert, dass wir früher sehr geschätzt gewesen seien, weil wir vielen Kranken dienen können. Leider sind wir aber schwer verleumdet worden, so dass man unsere Heilwerte ohne jegliche Prüfung einfach ohne weiteres in Abrede stellt. Chemische Stoffe und Gifte haben unsere guten, altbewährten Heilkräfte dreist verdrängt. Aber gleichwohl ist unsere schlichte Mutter guten Mutes, denn sie ist davon voll überzeugt, dass das Gute schliesslich doch wieder zu seinem Recht gelangen werde, dann nämlich, wenn das Böse genügend Schaden angerichtet hat. Lügen haben kurze Beine, sagt sogar das Sprichwort und Verleumdungen fallen mit der Zeit auf jene zurück, die sie in böser Absicht ausstreuen, aufgreifen und weiter tragen. Früher oder später werden wir wieder zu unserm guten Rechte kommen. Ja, sogar heute gibt es noch Einsichtige, die sich treu zur Natur halten und unsre Freunde bleiben. Mit ihnen wollen wir treue Freundschaft halten und ihnen mit unserm Können und unsrer Habe dienen.» «Ja, so ist es recht,» meinte bestätigend die alpine Nelkenwurz. «Für euer Alter seid ihr doch schon recht aufgeweckt und habt von eurer wackern Mutter mancherlei erfahren und gelernt. Aber jetzt wird es gut sein, wenn ihr euch in die Schattenecke verbergt, damit euch die starke Bergsonne nicht zu fest hernimmt. Vielleicht gewöhnt ihr euch an die Höhe und die dünne Luft und könnt trotz dem Ungewohnten bei uns verbleiben.» «Ob wir uns wohl hier oben verändern werden, sind doch unsere Blüten kleiner als die deinen, dafür aber unsere Stengel viel höher?» «Ich glaube kaum, dass sich dies rasch ändern wird,» antwortete Geum montana. «Lasst uns zufrieden sein mit unserm Aussehen, denn so lange wir nützlich sein können, haben wir allen Grund dazu.» Gerne hatten auch die andern Bergblumen den verständigen, muntern Berichten zugehört, denn gar mannigfach und reich ist die Pflanzenwelt und nur verhältnismässig wenig war ihnen bekannt. So bedankten sie sich denn für die unerwartete Bereicherung ihres Wissens und freuten sich schon im voraus auf eine weitere Gelegenheit lauschen und lernen zu dürfen.

Fragen und Antworten

Anfragen durch den Fragekasten sind für alle Abonnenten der «Gesundheits-Nachrichten» gratis. Für briefliche Rückantwort ist eine zwanziger Marke beizulegen. Anfragen sind direkt an A. Vogel, Teufen (Appenzell) zu richten.

Interessante Beobachtungen bei Gesichtsrose und Psoriasis

Im Januar 1949 berichtete Frau F. aus B., dass ihr 67jähriger Bruder an einer schweren Gesichtsrose erkrankt sei. Auch der ganze Oberkörper sei in Mitleidenschaft gezogen worden. Sie berichtete unter anderem, dass er ein grosser Fleischesser sei und ausser Kartoffeln und Salat kein Gemüse esse. Sie erhielt dann gleichwohl den Rat, dass ihr Bruder in der Ernährung umstellen müsse, indem er sie salzarm und eiweissarm gestalten und somit Eier- und Käsespeisen, Schweinefleisch und Wurstwaren meiden müsse. Zur Anregung der Nierentätigkeit und zu ihrer gründlichen Unterstützung erhielt der Patient nebst Nierentee Solidago, also Goldrute, das bekanntlich beste Nierenmittel. Nebst Calcium-Komplex zum Einnehmen, musste er auch solches in Pulverform zum Pudern der befallenen Stellen verwenden. Zum Mittagessen musste er täglich verdünntes Molkenkonzentrat trinken. Ferner sollte er entweder eine Carottensaftkur durchführen oder eingedickten Carottensaft, also Biocarottin verwenden.

Im März 1950 nahm der Patient nun Bezug auf diese Kur, indem er die wohlwirkenden Sachen, wie er die verschriebenen Mittel benennt, nochmals bestellte. Zugleich schrieb er unter anderem folgenden Bericht:

«Letztes Jahr, als Ihnen meine Schwester schrieb, litt ich an Gesichtsrose. Mein Arzt sagte mir, dass ich das Feuer bis auf Jahresende nicht aus dem Körper herausbringen werde, und das damit zusammenhängende Jucken nicht aufhören würde. Als ich Ihre Mittel erhielt, war das Feuer binnen 3 Tagen von mir gewichen und die Gesichtsrose geheilt. Freilich erhielt ich deren im Laufe des Jahres noch 7 und das Jucken verliess mich nie ganz, da ich ja auch an Psoriasis leide und zwar seit mehr als 30 Jahren, aber an deren Heilung mir nichts gelegen ist. Alle Bekannten, die diese heilen konnten, starben bald darauf.

Ich bin 68 Jahre alt, wiege immer noch 100 kg, lebe aber seit einigen Monaten wie ein Asket, keine Würste, keine Büchsenware, kein Schweinefleisch, kein Käse, keine Eier, kein Alkohol, wenig Kaffee, bin Nichtraucher und habe immer salzarm gelebt. Ich habe natürlich die ganze Skala der Abwehrmittel, auch der gefährlichen wie Cibazol, Elkosin und wie sie alle heissen, durchlaufen, zwecklos. Das Jucken war fürchterlich diese Woche, ist heute aber stark zurückgegangen. Was mich ausserdem seit Jahren furchtbar geniert, ist das Pfeifen auf der Lunge, namentlich nachts, das mich am Schlafen hindert. Ich weiss nicht, kommt dies vom Kehlkopf oder den Bronchien. Diesen Winter habe ich arg gehustet und die Apotheker waren nicht im Stande ein Hustenmittel zu beschaffen, husten sie ja doch selbst alle...»

Die erteilte Antwort lautete wie folgt: «Vielen Dank für Ihren interessanten Bericht. Es freut mich, dass Dr. C. nicht recht behalten hat, wenn er Ihnen sagte, dass Sie bis zum Jahresende dieses Feuer im Körper behalten müssten, während es doch nach 3 Tagen mit den natürlichen Mitteln bereits verschwunden ist. Das ist ein Erfolg, der wirklich erfreuend und anspornend ist, sowohl für uns, wie auch für Sie als Patient.

Sie haben recht, wenn Sie sagen, dass die Heilung eines Ausschlages, ohne die innern Voraussetzungen zu schaffen, zu einer Katastrophe führt, und, wie Sie schreiben, bei Ihren Bekannten ja auch zum Tode geführt hat. Eine wirkliche Heilung ist nicht nur ein äusseres Abstoppen, sondern eine Aenderung der innern Voraussetzungen. Dies ist wirkliche Naturheilmethode. Es freut mich auch, dass Sie mit den Cibazol-, Elkosin- und andern Kuren nichts erreichten, nicht, weil ich etwa schadenfroh bin, sondern, weil es mir bestätigt, dass man mit diesen Mitteln keine Heilung, höchstens eine scheinbare, also nur täuschende Hilfe erwirken kann. Ich rate Ihnen, äusserlich immer wieder Calcium-Komplex-Pulver anzuwenden. Es wird Ihnen gut tun. Auch müssen Sie noch etwas in Betracht ziehen, denn die Urinanalyse zeigt, dass bei Ihnen viel Fäulnisprozesse im Darm entstehen. Diese Fäulniskörper nun müssen beseitigt werden. Sie müssen deshalb noch Lehm einnehmen und müssen Ihr asketisches Leben, wie Sie schreiben, weiter führen. Sie müssen auch viel rohe Rüebli einnehmen, denn das Provitamin A ist notwendig, um Ihren Zustand richtig zu heilen. Sie müssen ferner auch noch die Leber berücksichtigen, denn diese arbeitet nicht ganz gut, wie die Analyse zeigt. Als hervorragendes Leberpräparat empfehle ich Ihnen Chelidonium D 2 und Podophyllum D 3 einzunehmen, nebst dem Rüeblisaft, wie auch Löwenzahnsalat und andere bittere Salate. Sie werden damit guten Erfolg haben.

Gegen das schwere Atmen erhalten Sie Asthmatropfen und Kali jod. D 4. Auch das wird Ihnen behilflich sein. Teilen Sie aber die Mittel so ein, dass Sie solche auf 2 oder 3 Tage verteilen, damit Sie nicht zuviel auf einmal nehmen müssen. Eine kleine Gewichtsreduzierung wäre für Sie nicht unangebracht. Bei Ihrer heutigen Ernährung wird dies bestimmt möglich sein. Von den Fruchtsäften empfehle ich Ihnen den Crapefruit-Saft als den besten. Nehmen Sie aber auch Gemüsesäfte ein. In erster Linie ist da roher Kohl- und Kabissaft, wie auch Kartoffelsaft als Heilmittel, wie auch als Vitaminträger sehr gegeben für Sie. Auch die Ameisensäuretherapie ist Ihnen zu empfehlen. Die Einsprithzung homöopathischer Ameisensäure wird sie noch rascher zum Ziele führen.»