

Alant, Inula Helenium

Autor(en): **[s.n.]**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **25 (1968)**

Heft 2

PDF erstellt am: **26.09.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-551725>

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.

würmer verwendet, und zwar vor allem bei den Oxyuren. Noch immer ist bei deren Bekämpfung die Knoblauchmilch von Bedeutung, weil sie, einige Zeit angewendet, sehr gut wirkt. Man zerreibt zu diesem Zweck 2 bis 3 Zinken Knoblauch direkt in die Milch und trinkt diese morgens nüchtern und abends vor dem Zubettgehen. Nimmt man dazu noch Papayasan, dann ist der Erfolg auch bei starker Verwurmung gesichert.

Knoblauchgeruch

Was viele davon abhält, dem Knoblauch gebührend zuzusprechen, ist sein starker Geruch, dem manche abhold sind. Man kann diesen jedoch etwas neutralisieren, wenn man gleichzeitig mit dem Knoblauch oder auch erst nachher frische Petersilie isst, indem man diese gut kaut. Interessant ist es auch, dass bei reichlichem Knoblauchgenuss selbst die Haut nach Knoblauch riechen kann. Dies zeigt, wie

intensiv die Wirkstoffe, vor allem die schwefelhaltigen Bestandteile, in alle äusseren Körperstellen verteilt werden. Es ist am besten, billigsten und vorteilhaftesten, den Knoblauch frisch einzunehmen. Viele ziehen jedoch die darmlöslichen Kapseln vor, weil sie diese nur zu schlucken brauchen. Sie kommen dadurch mit dem Knoblauchgeruch nicht in Berührung, noch riechen sie nachher selbst nach Knoblauch. Es gibt auch Knoblauchpräparate, die geruchlos sind, aber normalerweise fehlen diesen die Wirkstoffe. Wie bei den meisten Heilpflanzen, sind nämlich auch beim Knoblauch Geruch- und Wirkstoffe zusammengekuppelt. Der Knoblauch findet neben dem Meerrettich und dem in der Wirkung verwandten Schnittlauch im Frischpflanzen-Kräutersalz Herbamare sowie Trocomare seinen gebührenden Platz, wodurch uns seine Vorzüge, wenn auch nur in milder Form, täglich zugute kommen.

Alant, Inula Helenium

In Asien, der Heimat des Alant, habe ich keine schöneren Inula-Helenium-Pflanzen gesehen als diejenigen, die in meinem Kräutergarten stehen. Sie erreichten nämlich eine Höhe von über 2 Metern. Wir wissen noch wenig über die Heilwirkung dieser Pflanze, die zwar Bitterstoffe, ätherische Öle und grosse Mengen Inulin enthält. Eines jedoch hat die praktische Erfahrung gezeigt, dass nämlich der Extrakt oder die Tinktur der Alantwurzeln zu den besten Mitteln gehört, um einen starken Reiz- und Krampfhusten erfolg-

reich bekämpfen zu können. Wenn andere Mittel versagen, kann dieses immer noch helfen. Es hat sich besonders bei chronischem Husten älterer Leute bewährt. Dieses Vorzuges wegen ist Inula ein wesentlicher Bestandteil des Drosinula-Sirups, der bei Reizhusten der Asthmatiker und bei Emphysem-Bronchitis eine vorzügliche Hilfe darbietet. Dieser Drosinulasirup ist eine geschickte Kombination mit Tannenknospensaft und Drosera, bekannt auch als Sonnentau, nebst Inula Helenium.

Hetze als Giftmedizin

Im Jahre 1925 traf ich an einem Kongress, den ich in Leipzig besuchte, mit einem alten, lieben Freund aus Dresden zusammen. Ich selbst war damals noch sehr jung, unternehmungsfreudig, und nicht leicht konnte sich etwas rasch genug für mich abwickeln. So war denn mein stiller, besonnener Freund ein Symbol der inneren Ruhe. Stets blieb er ausgeglichen und gelassen, selbst wenn er einen Zug ver-

fehlte. Bei einem solchen Vorkommnis verglich ich seine stete Art staunend mit meiner inneren Unruhe und mit meinem Temperament. Die Einstellung meines väterlichen Freundes erschien mir fabelhaft und für mich völlig unerreichbar. «Es geht etwas später wieder ein Zug, und vielleicht hat es so sein müssen, man weiss nie, wozu etwas gut sein kann», war die gelassene Erklärung des besonnenen