Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 37 (1980)
Heft: 4

Artikel: Hirtentäschchen, Capsella bursa pastoris
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-552098

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

gezeichnete Ergänzung des meist spärlichen Mahles. Auch in China und Russland kennt man die Methode der milchsauren Gemüsevergärung, wobei es sich in der Hauptsache um Kohlarten handelt. Für den grossen Seefahrer James Cook war es seinerzeit eine grosse Erleichterung, als er gewahr wurde, dass vergorenes, milchsäurehaltiges Weisskraut seine Sorgen einzudämmen vermochte, konnte er dadurch doch dem Skorbut, bekannt als schlimme Seefahrerkrankheit Einhalt gebieten. Diese Verhütungsmöglichkeit rettete Tausenden von Matrosen das Leben, das solche zuvor hilflos einbüssen mussten. Nebst der anticancerogenen Wirkung diente dieses einfache Milchsäureprodukt demnach auch noch zur Lebenserhaltung tüchtiger Berufsleute. So einfach lassen sich oft scheinbar unüberwindliche Probleme lösen.

In Afrika lassen vormerklich die Zulus, aber auch die Bantus ihren Mais vergären. Mille wird er dort genannt, und das Getränk, das sie daraus zubereiten, ist nicht nur schmackhaft, sondern auch zudem noch heilwirkend. Wenn man bedenkt, dass all jene Völker, die sich milchsäurehaltige Produkte zu beschaffen wissen, selten durch Dysbakterie oder Krebs geplagt werden, dann sollte auch uns deren Hilfeleistung einleuchten, so dass wir gewillt sind, sie zur Heilung einzusetzen. Die Vorteile, die solch altbewährte Bräuche und Lebensgewohnheiten verbürgen, gehen indes verloren, wenn sich auch diese Völker westlichen Ernährungssitten, die man zwar eher als Unsitten bezeichnen könnte, zuwenden, wonach sich auch bei ihnen Dysbakterie und Krebs zu melden beginnen. Bekanntlich gehört zu diesen Unsitten auch das beginnende Vertrauen in allopathische Medikamente, die besonders die Beschwerden der Dysbakterie mehren, zusammen mit all den erwähnten Risiken und Nachteilen.

Grundlegende Abhilfe

Um sich bei einer Dysbakterie eine grundlegende Darmreinigung verschaffen zu können, sollte man sich der Einnahme von Holzasche bedienen. Am vorteilhaftesten hat sich hierzu die Birkenasche bewährt. Nimmt man morgens und abends einen Teelöffel voll in einem Glas reinen Wassers ein, dann vermag dieses einfache Mittel viele sauren Elemente in Magen und Darm zu binden. Dies ermöglicht es dann den nützlichen Bakterien, sich rascher wieder zu erholen und zu regenerieren, was bei beharrlicher Anwendung zu vorteilhaftem Erfolg führen kann.

Nach meinen Erfahrungen, die sich auf die verschiedenen erwähnten Beobachtungen stützen, gibt es keine erfolgreiche Krebsbehandlung, ohne, wie anfangs betont, die Behebung der bestehenden Dysbakterie. In diesem Zusammenhang hat der alte Grundsatz, dass der Tod im Darm sitze, wirklich eine volle Berechtigung.

Hirtentäschchen, Capsella bursa pastoris

Pflanzen lieben wir in der Regel ihrer Schönheit wegen, die sich zumeist durch die bunten, vielgestaltigen Blüten entfalten kann. Es sind in der Regel kleine Schöpfungswunder. Aber wie verhält es sich mit jenen, die sich keiner sonderlichen Schönheit rühmen können? Sollen sie dieserhalb nur als wertloses, womöglich sogar als lästiges Unkraut verächtlich abgetan werden? Wer kennt heute noch das unscheinbare Hirtentäschchen, das uns trotz alledem beachtliche Hilfe zu bieten hat? Es ist auf der ganzen Erde verbreitet, und zwar auf unserem Kontinent von Südspanien bis hinauf nach Sibirien. Seine kleinen Früchtchen verschafften ihm den Namen Hirtentäschchen, jedenfalls, weil deren Form die frühere Landbevölkerung an die Tasche eines Hirten erinnert hat. Ja, dieses unscheinbare, bescheidene Kräutlein wäre wohl kaum beachtet worden, hätten nicht Kräuterkundige, und vor allem Landärzte der damaligen Zeit, dessen Heilkräfte für kranke Tage erkennen und

auswerten können. Zur Zeit, da die Menschen in der Hauptsache noch auf die Heilwirkung der Pflanzen angewiesen waren, sammelten sie bereits mancherlei wertvolle Erfahrungen auf diesem Gebiet.

Wichtige Wirkungsmöglichkeiten

So liess sich denn beim Hirtentäschchen feststellen, dass seine Hauptwirkung in der zuverlässigen Fähigkeit des Blutstillens liegt. Es gleicht darin der Blutwurz. Bei Gebärmutterblutungen gibt es kein harmloseres und dennoch kein zuverlässigeres Mittel als Hirtentäschchen. Nebst diesem und der Blutwurz gesellt sich als dritte Pflanze noch die kanadische Gelbwurz Hydrastis canadensis dem Bunde blutstillender Mittel bei. Alle diese wirken gleichzeitig auf die Gebärmutter ein, indem sie den Tonus, demnach die Spannkraft, nebst der rhythmischen Tätigkeit günstig beeinflussen können. Dem Umstand, dass Hydrastis canadensis während des Krieges nicht erhältlich war, verdankte es das Hirtentäschchen, dass es als würdigen Ersatz gebührende Wertschätzung fand. Seine Fähigkeit, Blut stillen zu können, kommt auch beim Nasenbluten sowie bei starken Periodenblutungen zur Geltung, da nur schon einige Tropfen davon Wunder wirken können.

Hippokrates, der als bedeutender Arzt im Altertum wirksam war, versetzte das damalige Heilwesen auf die Grundlage der Erfahrungswissenschaft, aber trotz seiner beachtenswerten Wirksamkeit auf diesem Gebiet verachtete er dennoch das bescheidene Bursa pastoris nicht, sondern hob dessen Fähigkeit, zur heilsamen Pflege der Gebärmutter beisteuern zu können, als das beste Mittel hervor. Später übernahmen die alten Landärzte diese Wertschätzung. Sie empfahlen das Mittel vormerklich auch Frauen, die unter roten und weissen Ausflüssen litten, zur erfolgreichen Verwendung. Beliebt war es ebenso bei den alten Hebammen zum Reinigen der Gebärmutter und zur besseren Ausscheidung der Nachgeburt. Bursa pastoris wirkt ähnlich wie Secale cornutum, bekannt auch als Mutterkorn, nur wird es von vielen bevorzugt, weil seine Auswirkung weniger radikal ist als jene von Secale cornutum. Wenn Frauen während des Klimakteriums immer wieder unter starken Blutungen zu leiden haben, können sie ebenfalls das Hirtentäschchen als erfolgreiche Hilfe beiziehen.

Da gerade in unserer modernen Zeit viele Mädchen und Frauen durch den lästigen Weissfluss geplagt werden, weil sie sich oft ungern vernünftigen Gesundheitsforderungen unterziehen, können sie um das Bursa pastoris sehr froh sein, besonders wenn sie dessen Tropfen in weissem Taubnesseltee einnehmen. Liegen Nierenblutungen vor, dann wirken sich die Tropfen in Zinnkrauttee besonders günstig aus. Auch bei Lungenblutungen versagt das Hirtentäschchen seine Hilfe nicht, doch sollte man in diesem Falle die Tropfen zur ausgleichenden Wirksamkeit im Vogelknöterichtee einnehmen. Auch bei Verstopfung kann Bursa pastoris gute Dienste leisten, da es regenerierend und leicht anregend wirkt. Da Kreislaufschwächen heute keine Seltenheit sind, werden die Betroffenen froh sein über die wohltuende Wirkung des heilsamen Kräutleins, denn es ist angenehm und beruhigend, in solchem Falle eine stärkende Hilfe zu kennen. Verwendet die Frauenwelt bei stark schmerzender Periode nebst dem Petadolor auch noch das Hirtentäschchen, dann wird dieserhalb der Zustand meist erträglicher, da er sich durch den Einfluss beider Mittel am ehesten normalisieren lässt.

In der Hausapotheke willkommen

Im Grunde genommen ist das Hirtentäschchen besonders ein ausgesprochenes Heilmittel für die Frauen. Sobald sie seine günstige Wirksamkeit kennengelernt haben, schätzen sie es auch gebührlich, da manche gesundheitlichen Störungen im Leben der Frau oft peinlich belastend sind, besonders, weil sie sich regelmässig wiederholen können. Wie beruhigend ist es doch, zu wissen, dass man Bursa pastoris als harmloses Pflanzenmittel ohne Risiko einnehmen kann, da ihm keine Neben- und Nachwirkungen zur Last ge-

legt werden können. Es gehört daher auch mit gutem Gewissen in jede Hausapotheke, damit es rasch zur Verfügung steht, wenn es benötigt wird, da schon einige Tropfen des Frischpflanzenextraktes in all den erwähnten Störungen und Leiden eine schnelle Hilfe darstellen. Setzt diese unmittelbar ein, dann kann sie auch zum angestrebten Erfolg führen, was zur ärztlichen Entlastung mitverhelfen kann.

Passiflora incarnata, Passionsblume

Obwohl ich im südlichen Teil der Vereinigten Staaten oft schönen Passiflorapflanzen begegnet bin, hatte ich doch in Mexiko noch weit mehr Gelegenheit, die Blütenpracht dieser eigenartigen Pflanze zu bewundern. In der stillen Einsamkeit verlassener Gegenden im Uxmal sah ich, wie ihre Ranken an den Ruinen früherer Tempel hochkletterten, ein Beweis, dass Werke von Menschenhand vergänglich sind, während die Weisheit göttlicher Schöpfungswerke für die Pflanzenwelt von Anfang an das Leben sicherte, so dass uns diese nicht nur Jahrhunderte, sondern Jahrtausende hindurch bis heute erhalten bleiben konnten. Im Gegensatz hierzu fanden sich an diesen stillen Stätten nur noch Ueberreste der einstigen Mayakultur vor, doch als Bestätigung der soeben erwähnten Feststellung grünte und blühte es um sie herum in mannigfacher Pracht. Ob den Mayaindianern früherer Zeiten die Heilwerte der Passiflorapflanze schon bekannt waren, so dass sie bereits damals in der Lage waren, sie zur Beruhigung der Nerven, zum Stillen von Krämpfen und zur Schmerzlinderung zuzuziehen, konnte ich durch Nachforschung nicht feststellen. Die Früchte aber waren ihnen bekannt und sind noch heute ganz besonders bei den Indianerkindern noch immer sehr beliebt. Inzwischen sind jedoch diese Früchte auch durch deren Import bei unserer Bevölkerung bekanntgeworden. Sie werden etwa so gross wie ein Hühnerei, doch sind ihre rötlich-gelbgrünen Schalen hart und ungeniessbar, weshalb man sie entzweischneiden muss, um ihren Inhalt geniessen zu können. Er ist eigenartig, etwas schleimig und voller Samenkernchen, die mit der gallertartigen Masse untrennbar verbunden sind, so dass man sie unwillkürlich mitessen muss, was zwar keineswegs stört. Geschmacklich sind sie säuerlich süss, erfrischend und anregend, weshalb man nicht vermutet, dass sie gleichzeitig zu besserem Schlafvermögen beitragen können. Ich meinerseits staunte immer wieder darüber, dass ich nach dem Genuss von zwei bis drei Früchten besser schlafen konnte. Sie scheinen viel Vitalstoffe in sich zu bergen, doch begegnete mir nie eine Analyse. Es muss uns demnach genügen, wenn Früchte aus südlichen Ländern schmackhaft und gesundheitsfördernd sind.

Anerkannte Heilwerte

In Brasilien, wo ich den schönen Blüten der Passiflorapflanze ebenfalls begegnete, konnte ich feststellen, dass die Eingeborenen über den Heilwert der ganzen Pflanze etwas besser bewandert sind, als dies in Mexiko bei den Mayaindianern der Fall ist. Mit dem Tee, den sie aus den Blättern gewinnen, verschaffen sie ihren meist sehr lebhaften Kindern einen ruhigeren Schlaf, besonders wenn sie ihn mit wildem Honig leicht süssen. Bei hartnäckigen Hustenanfällen, bei Bronchialkatarrh oder leichtem Asthma wirkt sich dieser Tee ebenfalls günstig aus, was dort die farbigen Frauen auszuwerten verstehen.

Passiflora ist bei Schlaflosigkeit eines der besten Mittel, wenn es zusammen mit Avena sativa, dem rohen Hafersaft, eingenommen wird, wobei die Wirkung allerdings erst nach einigen Tagen völlig einzusetzen beginnt. – Bekannt ist, dass bei der Entwöhnung von Alkohol, Nikotin oder Rauschgift Unruhe und Schlaflosigkeit auftreten kann. Dagegen hilft Passiflora besser als starke chemische Mittel. Nach einer Grippe oder einer anderen Infektionskrankheit wirkt sich Passiflora be-