Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 42 (1985)

Heft: 10

Artikel: Meerpflanzen : ihre zu wenig bekannten und geschätzten Heilwirkungen

Autor: [s.n.]

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-969902

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

Meerpflanzen – ihre zu wenig bekannten und geschätzten Heilwirkungen

Es ist ein naturwissenschaftliches Wunder, dass Meerpflanzen viel höhere Konzentrationen an Mineralstoffen aufweisen als das Meerwasser, da doch durch die Osmose normalerweise ein Ausgleich stattfinden sollte. In keiner Pflanze auf der ganzen Erde sind so vielerlei Spurenelemente enthalten wie in den Meerpflanzen. Es ist wirklich ein Glück für die Millionen Bewohner der Länder des Fernen Ostens, dass es dort üblich ist, viel Meerpflanzen als tägliche Nahrung zu sich zu nehmen. Für uns Europäer ist es ungewohnt, wenn wir in Korea, Japan oder anderen asiatischen Ländern eine Meerpflanzen-Suppe vorgesetzt bekommen, die nicht so ganz unserem Geschmack entspricht. Man hat vielleicht etwas Mühe, aber mit der Zeit gewöhnt man sich daran. Dass in diesen asiatischen Ländern Meerpflanzen als Gemüse gegessen werden, ist von grossem Vorteil. Immer noch gehört dort der weisse, geschälte Reis zum täglichen Leben. Man hat sogar in Korea, Japan und Burma sehr viel Mühe, Naturreis zu bekommen, obschon man weiss, dass durch den einseitigen Genuss von weissem Reis die Beriberi-Krankheit – die seinerzeit Zehntausenden Leiden und Krankheit gebracht hat – ausgelöst wird.

Meerpflanzen als tägliche Nahrung

Glücklicherweise sind in den Meerpflanzen diese wichtigen Vitalstoffe enthalten, die die Beriberi-Krankheit verhindern können. Somit ist es wirklich ein grosses Glück, dass in diesen Ländern Meerpflanzen genossen werden, ohne dass die Bewohner sich dessen bewusst sind, was für ein Segen in dieser Nahrung liegt.

Asiaten, die regelmässig Meerpflanzen in ihrer täglichen Nahrung zu sich nehmen, leiden auch nicht an Übergewicht, da die endokrinen Drüsen durch die in der Meerpflanze enthaltenen Mineralstoffe, besonders durch den Gehalt an Jodkali, angeregt und immer funktionsfähig gehalten werden. Auch erhöhter Blutdruck ist ganz selten in diesen Ländern anzutreffen, weil gerade die Meerpflanzen den Blutdruck regulieren. Interessanterweise vermögen sie den niedrigen Blutdruck zu heben und den erhöhten Druck zu senken, insofern nicht eine starke Eiweissüberfütterung diese Funktion ungünstig zu beeinflussen vermag.

Die längste Meerpflanze ist die im Pazifik vorkommende Kelp-Pflanze, die eine Länge von 500 bis 700 Metern erreichen kann. Sie hält sich tief unten im Meer an einem Wurzelstock fest. Nach oben treibt sie fingerdicke Stiele. Die Blätter sind schwertförmig und sehen ungefähr wie diejenigen der Gummibäume aus. Ein paar interessante Erfahrungen, die ich auf meinen Reisen mit Kelp gemacht habe, möchte ich, zum besseren Verständnis der einzigartigen Heilwirkungen, hier erzählen.

Anregung der Schild- und Keimdrüsen

Vor Jahren bin ich von meiner Farm in Tarapoto (Peru) nach Lima zurückgekehrt und habe mich dort im Hotel Crillon einquartiert. Es war ein sehr modernes Haus mit etwa 30 Stockwerken, das von einem Engadiner geleitet und bewirtschaftet wurde. Als ich mich mit dem Hotelier unterhielt, habe ich beobachtet, dass er so übermässig müde war, keine Vitalität und keinen Unternehmungsgeist zeigte. Er erzählte mir, dass er sich schon einige Zeit nur schleppen müsse und er wisse nicht, woher das komme. An der ausgewogenen Ernährung könne es nicht liegen und auch seine Tätigkeit sei interessant und befriedigend. Irgend etwas stimme einfach nicht in seinem Körper. Aus der Unterhaltung und meinen Beobachtungen schloss ich, dass seine Drüsen weniger gut arbeiteten und er an Mineralstoffmangel litt. Vor allem fehlte ihm Jodkali. Wir brauchen gerade Jod, um die Schild- und Keimdrüsen in Ordnung zu bringen, damit auch die übrigen Drüsen angeregt werden. Eine solch schleppende Müdigkeit hängt oft mit einer Unterfunktion der erwähnten Drüsen zusammen. Diesem Mann gab ich daraufhin ein paar Kelp-Tabletten. Ich führe diese immer mit mir, wenn ich auf Reisen gehe. Schon am nächsten Tag, als ich ihm wieder begegnete,

sagte er mir, was ich ihm da für ein Wundermittel verabreicht habe, er sei in der Früh wieder mit frischer Energie aufgestanden und sein Befinden sei so völlig verändert. Er hätte wieder Lust und Freude am Arbeiten und die krankhafte Müdigkeit sei völlig verschwunden. Ich liess ihm meine Kelp-Tabletten mit der Empfehlung, jeden Morgen eine bis zwei davon zu nehmen. Mit der Zeit würde sich sein ganzes Naturell ändern und er würde die frühere, gewohnte Vitalität wieder erlangen. So kann Kelp wirken, durch den Gehalt an Jodkali. Sehr wahrscheinlich werden die übrigen Spurenelemente bei diesem Wirkungseffekt mithelfen.

Niedriger Blutdruck – Ursache der Müdigkeit

Vor vielen Jahren klagte mir eine Verkäuferin, eine Angestellte in einem meiner Betriebe, dass sie oft von einer enormen Müdigkeit befallen werde. Sie hätte dann etwas wie eine Art Absenzen, so dass sie ohnmächtig umfalle. Eine nähere Untersuchung zeigte, dass sie einen viel zu tiefen Blutdruck hatte. Ich habe ihr dann empfohlen, da ihre Schilddrüse zugleich eine kleine Unterfunktion aufwies, Kelp-Tabletten zu nehmen. Sie erzählte mir, dass sie im Übereifer fünf bis sieben Tabletten morgens eingenommen hätte, was natürlich viel zu viel war. Aber seitdem hätte sie absolut keine solchen Schwächeanfälle mehr, der Blutdruck sei langsam und gleichmässig gestiegen und nachdem er normalisiert war, konnte sie die Tabletten langsam abbauen. Einige Jahre nahm sie aber immer noch in kleinen Mengen Kelp. So blieb sie von den unangenehmen Erscheinungen völlig verschont.

Kropfprophylaxe

Dass Kelp auch auf die Schilddrüse einwirken kann, habe ich in vielen Fällen erfahren. Ein Fall in Ponte, im Engadin, hat mich selbst in Erstaunen gesetzt. Ein Sägereiarbeiter hatte einen harten Kropf, also einen richtigen Steinkropf. Auf Medikamente, das weiss man, sprechen solche Kröpfe nur schlecht an. Er hat mich um ein Mittel gebeten, und ich machte ihm den Vorschlag, es mit Kelp zu versuchen. Er hat diese Tabletten regelmässig eingenommen, und nach etwa drei Monaten war der Kropf völlig verschwunden. Er war darüber sehr froh und dankbar, denn der Kropf drückte bereits stark auf seine Luftröhre. Ich will damit nicht sagen, dass jeder Steinkropf mit Kelp beseitigt wird, aber es lohnt sich, einen Versuch zu machen, – und in diesem Fall ist der Versuch völlig geglückt!

Bei niederem Blutdruck ist also Kelp ein ganz hervorragendes Naturmittel, das vor allem bei einer normalen Schilddrüsentätigkeit, oder sogar einer Unterfunktion der Schilddrüsen, ja in schlimmen Fällen bei einem Mixödem, Wunder wirken kann. Wer an einer Überfunktion der Schilddrüse leidet, der wird Kelp in dieser Form nicht vertragen, ohne dass er starkes Herzklopfen bekommt, das allerdings mit dem harmlosen, gut wirkenden pflanzlichen Heilmittel Lycopus wieder behoben werden kann.

Kelp in der Homöopathie

Da wo Kelp im Urstoff nicht ertragen wird, was vor allem bei nervlich sehr sensiblen Menschen der Fall ist, wirkt Kelp in homöopathischer Form sehr zuverlässig. Man kann sogar einen leichten Basedow heilen, indem man Kelp in D_6 einnimmt und zugleich eine Kalktherapie einschaltet, mit kalkreicher Nahrung oder speziellen Kalktabletten, zum Beispiel aus der Urtica. So wird der Kalkspiegel gehoben. Alle, die an einer Überfunktion der Schilddrüse leiden, verbrauchen viel Kalk, und es ist nötig, reichlich organisch gebundenen Kalk zuzuführen.

Wenn man in einem solchen Fall während einem bis zwei Monaten Kelp in D_6 genommen hat, dann geht man hinunter auf D_5. Nach einer kurzen Zeit auf Kelp D_4, D_3 bis zur Urform. Sollte sich erneut Herzklopfen einstellen, dann nimmt man wieder Kelp in der höheren Potenz ein. Und wenn Kelp wieder im Urstoff ertragen wird, so ist dies ein Zeichen, dass die Schilddrüse wieder normal funktioniert. Kelp wirkt also auch in homöopathischer Potenz, ja sogar in

höheren Potenzen. Ich habe Patienten gehabt, die auf Kelp D_6 noch zu stark reagierten. In der hohen D_{12}-Potenz haben sie Kelp hervorragend vertragen.
Man sieht, dass dieses Jodkali, das bei einer normalen Schilddrüsenfunktion im Urstoff keine Schwierigkeiten bereitet, aber in Fällen von Überfunktion in ganz grossen Verdünnungen eine grossartige Wirkung ausüben kann. Auch bei pflanzlichen Mitteln sollte man, bei starken Reaktionen, die Medikamente in abgeschwächter Form einnehmen, bis sich der Körper auf das Medikament einstellt. Nach einiger Zeit darf man wieder stärkere Dosierungen einsetzen. Man sollte den Körper nie mit stark wirkenden Stoffen plagen oder vergewaltigen. Wir erinnern uns an den alten homöopathischen Grundsatz: Kleine Reize regen an und grosse Reize stören!

Speisen aus Meerpflanzen

Wer also eine Reise nach Japan, Korea oder sonst in den Fernen Osten unternimmt, wer dort Meerpflanzen in der Suppe oder als Gemüse bekommt, der soll nicht erschrekken, wenn er Herzklopfen bekommt. Gut ist es aber, wenn er Lycopus mitnimmt, die Urtinktur. Davon nimmt man einige Tropfen ein, so dass sich das Herzklopfen rasch beruhigt. Anschliessend sollte man von solchen Naturmitteln nur kleine Mengen geniessen, bis sich der Körper daran gewöhnt hat und die Drüsen nicht mehr so stark auf dieses Jodkali reagieren.
Bei keinem der anderen Spurenelemente, ausser dem Jodkali, hat man auch bei massiven Einnahmen irgendwelche starken Reaktionen beobachtet.

Regenerierende Wirkung

Meerpflanzen wirken regenerierend und enthalten Stoffe, die in unserer Nahrung oft quantitativ zu wenig enthalten sind. In Kalifornien hat man bei der Tierfütterung mit Kelp, sowohl bei Kühen wie bei Pferden, grossartige Erfolge erzielt. Die Milchleistung der Kühe wurde erhöht. Bei den Pferden, vor allem den Rennpferden, wurde grössere Ausdauer konstatiert.
All diese Erfahrungen sollten uns eine grössere Wertschätzung für ein solches hervorragendes Naturmittel geben. Bei Vorträgen, wenn ich vielleicht eine etwas strenge Zeit hatte, nahm ich immer eine Stunde vorher eine Kelp-Tablette ein, und ich fühlte mich danach viel frischer. Ich konnte dann mit Vitalität meinen Vortrag halten.
Für Studenten kann es sehr wichtig sein, wenn sie ein bis zwei Stunden vor schwierigen Examen eine Kelp-Tablette schlucken. Es wird ihnen vor allem zu einer besseren geistigen Konzentration verhelfen, um die Aufgaben leichter zu lösen.

Eine berechtigte Frage

Von einer «Gesundheits-Nachrichten»-Leserin ging folgende Frage ein: «Kann man Kelp und Meersalz heute noch verwenden, angesichts der Meeresverschmutzung mit Chemikalien?»
Diese Frage ist berechtigt. Aber nicht überall ist das Meer stark verschmutzt. Wichtig ist vor allem, in der Nähe von Hafenstädten oder auf belebten Schiffsrouten, kein Kelp zu gewinnen. Im Pazifik, auch in der Nähe gewisser Inseln in der Südsee, konnte ich selbst beobachten, dass das Meer nach allgemeinen Begriffen noch sehr sauber ist. Ganz kleine Verschmutzungen hat man heute leider auf der ganzen Welt. Aber wo speziell viele Meeralgen anzutreffen sind, gibt es glücklicherweise noch eine starke Reinigungstendenz. Gerade die Meerpflanzen sind fähig, durch ihre grosse Aktivität, eine reinigende Wirkung auszuüben. Bis jetzt fand ich, dass gerade Kelp aus dem Pazifik von der Verschmutzung kaum berührt wird. Deshalb verwenden wir Kelp von diesem Standort in unseren Produkten. Ausser Kelp gibt es noch eine Algenart, die aus Kleinalgen gewonnen wird. In ganz feinen, dünnen Scheibchen bekommt man sie in den Chinesen-Läden.