

# Nicht Bitternis, sondern Bitterpflanzen braucht der Magen!

Autor(en): [s.n.]

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **50 (1993)**

Heft 9: **Schleudertrauma : Halswirbel haben viele Tücken**

PDF erstellt am: **30.06.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-557978>

## **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.

## Nicht Bitternis, sondern Bitterpflanzen braucht der Magen!

**Magenbeschwerden wie Bauchkrämpfe, Magenschmerzen, Blähungen, Übelkeit oder Brechreiz sind in unserer hektischen Zeit sehr weit verbreitet. Denn entgegen der landläufigen Meinung entscheidet nicht nur die Nahrung, sondern vielmehr auch der Gemütszustand darüber, ob der Magen gereizt reagiert oder dankbar aufnimmt, was man ihm «vorsetzt».**

«Hat Ihnen etwas auf den Magen geschlagen?» Eine solche Frage könnte Ihnen ein ganzheitlich orientierter Arzt stellen, wenn die Diagnose «Magenerkrankung» feststeht. Ärger und Sorgen, Leistungsdruck oder starke seelische Spannungen haben eine direkte Auswirkung auf den Magen. Dem Magenkranken fehlt dabei die Fähigkeit, mit seinen Problemen bewusst umzugehen.

Der Magen reagiert also weniger auf falsche Ernährung (diese macht sich dafür über andere Organe bemerkbar), als auf die Reize, denen der Mensch sich aussetzt. Typische Magen-Patienten sind Menschen, die innerlich nicht ausgeglichen sind, häufig zur Zigarette (als Ersatzbefriedigung) greifen und den Ärger, statt nach aussen zu tragen, in sich hinunterschlucken.

Dabei spielt natürlich auch eine grosse Rolle, wie die Nahrung eingenommen wird – ob sie genussvoll und ausgiebig vorgekaut oder nur hastig und ohne Appetit hinuntergeschluckt wird. Wenn wir Appetit verspüren, regen wir dadurch die Ausscheidung des Magensaftes an. Wie wichtig es ist, immer für guten Appetit zu sorgen, sagt uns auch Dr. Vogel in seinem Buch «Der kleine Doktor»: «Jedes Essen sollte ein kleines Familienfest sein, an dem man nicht nur gute Speisen geniesst, sondern auch durch erbauliche Gespräche freudig angeregt werden kann».

Neben viel Bewegung an der frischen Luft gibt es gute Magenkräuter, die den Appetit anregen; und zwar sind dies stets bitter schmeckende und aromatische Heilpflanzen – das Tausendgüldenkraut, der gelbe Enzian, das Benediktenkraut, die Engelwurz, die Schafgarbe und der Löwenzahn. Diese Heilkräuter werden sowohl als Tee wie auch als Frischpflanzentropfen (Gastrosan) verwendet. Die Kombination dieser Heilkräuter ergibt eine hervorragende Mischung, da jede einzelne Heilpflanze ihren bestimmten Wirkungskreis hat.

### Der gelbe Enzian – ein Verdauungshelfer

Zwar gehören sie derselben Familie an, doch im Aussehen übertrifft der herrlich blau blühende Enzian seinen gelben Bruder, der durch seine stattliche Grösse allerdings auch nicht zu übersehen ist. In den Alpen ist der gelbe Enzian leider schon vielfach ausgerottet,



**Der Löwenzahn: Im Frühling sieht er aus wie die Sonne, danach verwandelt sich jede Blüte in einen Sternenhimmel. Die Löwenzahnmilch ist wertvollster Verdauungssaft, der auch den ganzen Leberstoffwechsel wieder in Ordnung bringt.**

weshalb man dazu überging, ihn auch in der Ebene mit Erfolg anzupflanzen. Der gelbe Enzian ist – wie das Tausendgüldenkraut – ein reines Bittermittel. Aus ihm wird – abgesehen vom Enzianschnaps – eine Tinktur hergestellt, die als Verdauungsförderer auch nach dem Essen hilft, schwer im Magen liegende Nahrung zu verdauen.

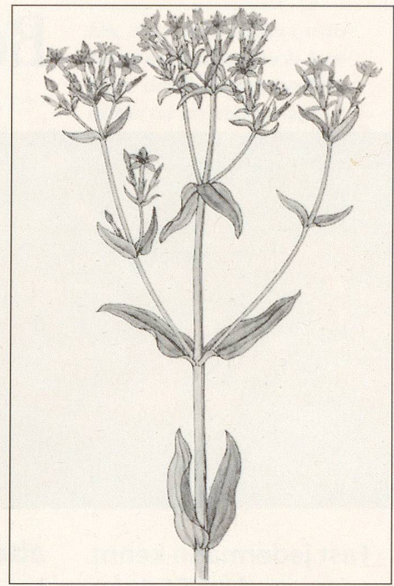
### Das Benediktenkraut für den Darmkatarrh

Der Benediktinen-Magenlikör wurde einst von den Benediktiner-Mönchen aus diesem Kraut hergestellt. Das Benediktenkraut stammt aus den Mittelmeerländern, ist jedoch auch bei uns in feuchten Wäldern anzutreffen. In der Heilkunde gilt das Benediktenkraut wegen seiner anregenden und nervenstärkenden Wirkung auch als gutes Mittel bei Darmkatarrhen und Stoffwechselstörungen.

### Die Engelwurz – auch krampflösend

Bis zu zwei Meter hoch wird dieses Doldengewächs, das konsequenterweise eigentlich den Namen Erzengelwurz tragen müsste (Archangelica). Seine Zusammensetzung ist recht komplex, in der Wurzel finden wir ätherisches Öl, Harze, Gerbstoffe und Angelikasäure. Der würzige und bittere Geschmack verleiht dem Heilmittel eine beruhigende, magenstärkende und verdauungsfördernde, krampflösende Wirkung. Engelwurz wird insbesondere bei psychisch bedingten Magenbeschwerden empfohlen, wie bei nervösem Magen, Magenkrämpfen, Blähungen und Aufstossen. ●

*Hinweis für D: Anstelle des nicht erhältlichen Gastrosan gibt es die im Fachhandel zu beziehenden Tausendgüldenkraut-, Enzian- und Löwenzabntropfen (Tarasan).*



**Das Tausendgüldenkraut: Schon vor unserer Zeitrechnung kannte man diese Heilpflanze als wertvolles Naturmittel für den Magen. Die tausend Gulden wurden dem Tausend-Gulden-Kraut auch bestimmt nicht wegen seines unscheinbaren Äusseren, sondern aufgrund seiner berühmten Heilkraft «zugesprochen».**

## Die Gastrosan-Magentropfen

In den neuen Magentropfen von A. Vogel sind Heilpflanzen in einer idealen Mischung enthalten, in welcher der bittere Geschmack voll zum Tragen kommt. Wichtig für die Anregung des Magensaftes ist ja in erster Linie dieser bittere Geschmack. Pharmakologische Untersuchungen haben nämlich bewiesen, dass Bittermittel nur über den Geschmacksinn die Ausscheidung von Verdauungssäften auslösen. Direkt in den Magen ein-

gebracht, hätten sie keinen Einfluss auf die Sekretmenge, weshalb zum Beispiel Tabletten dazu ungeeignet wären. Die Umschaltung entsteht im Gehirn, welches – wie wir wissen – eng mit dem Magen in Verbindung steht. Bei diesem Vorgang werden gleichzeitig auch Leber, Galle und Pankreas zur Sekretion mit angeregt, und es kommt zum positiven Erlebnis Appetit.