Praktisches und Wissenswertes

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **56 (1999)**

Heft 7: **Tanz in den Sommer : mit Liebe, Lust und Lebensfreude**

PDF erstellt am: **02.06.2024**

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

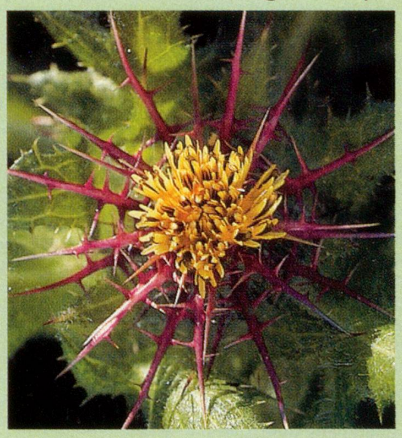
Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

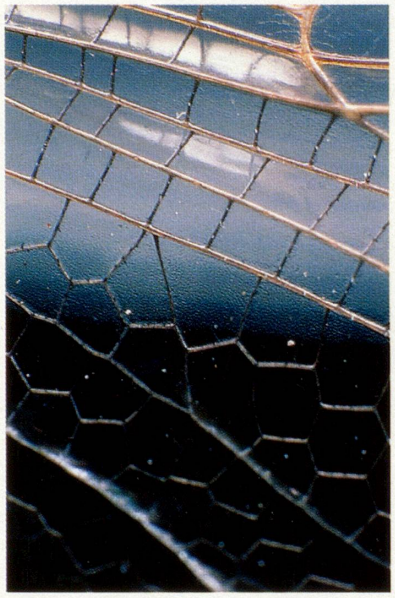
Echtes Benediktenkraut

Die im Mittelmeerraum beheimatete Pflanze trägt im Volksmund auch die Bezeichnungen Bitterdistel, Distelkraut, Spinnendistel oder Kardobenediktenkraut. Früher zählte man sie nämlich zu den Distelgewächsen (Carduus), während sie heute den Korbblütlern (*Compositae*) zugerechnet wird. Der lateinische Name *Cnicus benedictus* hilft, die Pflanze von der in alten Arzneibüchern (z.B. bei der Hl. Hildegard) beschriebenen «Benedikta» zu unterscheiden, die wir heute Nelkenwurz (*Geum urbanum*) nennen. Das echte Benediktenkraut ist einjährig, wird etwa einen Meter hoch und blüht im Juni und Juli. Die gelben Blütenköpfchen sitzen in einem Hüllkelch mit fiederspaltigen Dornen, die durch spinnwebartige Haare miteinander verbunden sind. Die gewellten Blätter haben am Blattrand Dornenzähnchen und sitzen direkt am aufrechten, behaarten, rötlichen Stängel oder an kurzen Stielen.



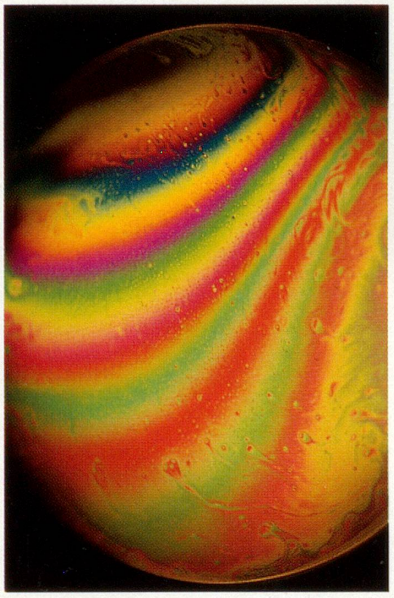
Zu medizinischen Zwecken wird im Allgemeinen die ganze Pflanze genutzt, also das ganze Kraut, Wurzeln und Samen. (Für die A.Vogel-Magen-Tropfen *Gastrosan*, die neben anderen Frischpflanzentinkturen auch Benediktenkrauttinktur enthalten, werden allerdings nur die frischen Blätter und die blühenden Zweigspitzen aus biologisch kontrolliertem Eigenanbau verwendet. Nicht in D erhältlich). Durch den Gehalt an Bitterstoffen und ätherischem Öl wird das Benediktenkraut bei Appetitlosigkeit und dyspeptischen Beschwerden wie Völlegefühl, Übelkeit, Brechreiz, Blähungen und Verdauungsstörungen, die auf einem Magensäuremangel beruhen, eingesetzt. Der Bitterstoff Cnicin und das ätherische Öl haben antibiotische Eigenschaften und sind gegen verschiedene Bakterien wirksam. Nicht angewendet werden soll das Kraut bei Korbblütler-Allergien, Magen- und Darmgeschwüren sowie bei eingeschränkter Herz- und Nierentätigkeit. • IZR

Unter die Lupe genommen: Was könnte das sein?



Detail eines Libellenflügels

Brotscheibe (Ausschnitt)



Seifenblase (Ausschnitt)

Akelei