Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 56 (1999)

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

Rubrik: Praktisches und Wissenswertes

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

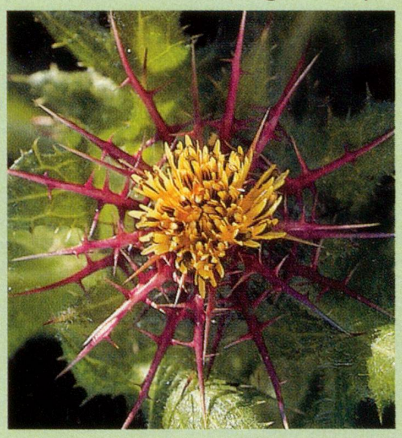
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 15.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

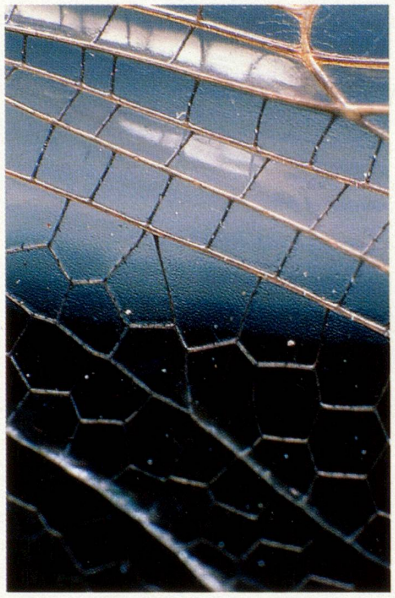
Echtes Benediktenkraut

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.



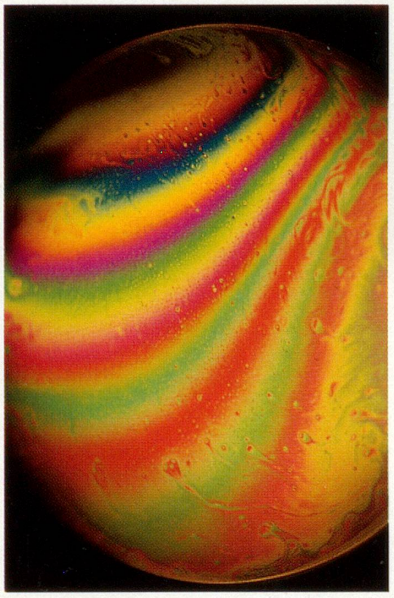
Zu medizinischen Zwecken wird im Allgemeinen die ganze Pflanze genutzt, also das ganze Kraut, Wurzeln und Samen. (Für die A.Vogel-Magen-Tropfen *Gastrosan*, die neben anderen Frischpflanzentinkturen auch Benediktenkrauttinktur enthalten, werden allerdings nur die frischen Blätter und die blühenden Zweigspitzen 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