

Kräutervirus

Autor(en): **Waser-Bürgi, Brigitte**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Wohnen**

Band (Jahr): **93 (2018)**

Heft [2]: **Wohnen & Natur**

PDF erstellt am: **26.06.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-842540>

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.

Kräutervirus

VON BRIGITTE WASER-BÜRGI

«Alle Wiesen, Matten, Berge und Hügel sind Apotheken.» Der berühmte Naturarzt Paracelsus, von dem das Zitat stammt, wurde 1493 an der Teufelsbrücke bei Einsiedeln geboren. In der Nähe, auf dem obersten Bauernhof von Feusisberg, wuchs ich in einer Grossfamilie auf. Die Wiesen und Wälder sind auch für mich inzwischen die Quelle der Heilmittelherstellung und der Ernährung.

Das war nicht immer so. Meine Gross- und Urgrossmutter waren Hebammen und hatten vermutlich ein grosses Heilpflanzenwissen. Zu mir kam das Wissen erst im Laufe der Jahre, da meine Mutter, ausser Lindenblüten, nichts selber sammelte. Ich bin ausgebildete Pflegefachfrau und arbeitete unter anderem sieben Jahre im Paracelsusspital Richterswil. Auf Arztverordnung verabreichten wir diverse Kräutertees

«Es begeistert mich, wie einheimische Pflanzen bei allerlei Beschwerden helfen.»

und äusserlich Wickel und Einreibungen. Die grosse Schublade mit feinen Tees und ein Extraraum für Wickel mit allen nötigen Materialien waren stets bereit. Gerne erinnere ich mich an die ruhigen, rhythmischen Einreibungen mit

Öl aus Moorextrakt, das Schmerzen lindert. Die Zeremonie um den Schafgarbenwickel, den viele Patienten gleich nach dem Mittagessen erhielten, war ebenso wohltuend. Während dem Wickel hing eine Tafel an der Türe und es durfte gar niemand stören. Die Patienten schätzten die innerlichen und äusseren Anwendungen von Heilpflanzen und somit meine zusätzliche Arbeit enorm. Diese Arbeit und eine Kräuterwanderwoche beim Appenzeller Naturheilkundler Bruno Vonarburg im Jahr 1992 infizierten mich mit dem Kräutervirus. Ich bin begeistert, wie man mit den Pflanzen aus der heimischen Natur bei allerlei Beschwerden helfen kann.

Seit mich der Kräutervirus gepackt hat, stelle ich aus Pflanzen Heilmittel für den Hausgebrauch her: Salben, Sirupe, Konfitüren, Gelees, Tinkturen, Öle, Weinauszüge, Kräutersalze usw. Inzwischen bieten meine Teeschublade und meine Salbenkiste je nach Beschwerden verschiedene Heilmittel für die eigene Familie. Die Faszination beginnt beim dankbaren Sammeln der Kräuter in der nahen Natur und reicht bis zu deren Gebrauch als Heilmittel. Über die Jahre habe ich mich als Phytotherapeutin (Pflanzentherapeutin) laufend weitergebildet. Im Spital Schwyz habe ich die Komplementärpflege aufgebaut und war zehn Jahre verantwortlich für Wickel, Aromapflege und Teeverabreichungen.



Foto: zVg.

Brigitte Waser-Bürgi (56) arbeitet als Leiterin und Dozentin an der Heilpflanzenschule Sattel (SZ). Sie beschäftigt sich seit dreissig Jahren mit Heilkräutern. Seit 2004 bietet sie Heilkräuterkurse an, seit 2009 ist sie Autorin des Wildpflanzen-Magazins (www.essbare-wildpflanzen.de), für das sie auch fotografiert. 2016 gründete Brigitte Waser-Bürgi die Heilpflanzenschule Sattel und bietet seither den praxisbezogenen Phytotherapielehrgang zur Heilpflanzenfachperson TEN an. www.heilpflanzenfrau.ch

Die Aussagen der Autor/innen decken sich nicht zwingend mit der Ansicht der Redaktion.

Vor zwanzig Jahren beschäftigte ich mich vor allem damit, Heilmittel selber herzustellen. Seit ich 2007 die ersten Bücher zu essbaren Wildpflanzen fand, fasziniert mich dieses Thema total, und nicht nur mich, wie ich immer wieder feststelle. Die Natur liefert uns viele Pflanzen, die essbar sind und ausgezeichnet schmecken – vor der Haustüre, am Wegrand, auf Wiesen. Das weckt meine Neugierde: Welche Pflanzen überzeugen kulinarisch besonders? Welche Teile von ihnen sind essbar, welche giftig? So liegen bei mir auf dem Nachttisch immer wieder Kräuterbücher, und ich finde jedes davon ebenso spannend wie einen Krimi. Es gibt ständig Neues zu entdecken und Wissen zu vervollständigen.

Je nach Lebensalter habe ich verschiedene einheimische Lieblingspflanzen. Als Heilmittel brauche ich momentan für meine Gelenksbeschwerden selbstgemachte Produkte aus der Beinwellwurzel am häufigsten. In der Wildpflanzenküche kommt bei mir der Spitzwegerich sicher am meisten zum Einsatz. Bei den Kursen freue ich mich immer, wie sich Interessierte begeistern lassen, zum Beispiel von einer selbstgemachten Spitzwegerichsuppe, die nach Steinpilz riecht.