Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 16 (1959)
Heft: 8

Artikel: Kräuterkunde im August
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-968938

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: 10.07.2025

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

TEUFEN (App.), August 1959

16. Jahrgang — Nr. 8

A.Z. VILLMERGEN

Gesundheits-Nachrichten

MONATSZEITSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE

Naturgemässe Ernährung, Körperpflege und Erziehung

Jahresabonnement:	Redaktion/Verlag: Dr. h. c. A. Vogel, Teufen	Vertriebsstelle für Deutschland:	Insertionspreis:
Inland . . Fr. 4.80 Ausland . Fr. 6.—	Telefon (071) 23 60 23 Postcheck IX 10 775 Druck: Albert Walliser, Villmergen	Verlagsanstalt Merk & Co., Konstanz Abonnement: 6.— DM Postcheck Karlsruhe 6228	Die 1spaltige mm-Zeile 30 Rp. Bei Wiederholungen Rabatt

AUS DEM INHALT: 1. August, vergiß ihn niemals, nie! / 2. Kräuterkunde im August. / 3. Behandlung rheumatischer Leiden. / 4. Nützliche Erfahrungen mit Tieren. / 5. Unsere Stärkenahrung. / 6. Wie schützen wir uns vor Strahlenwirkungen? / 7. Wunder des Meeres. / 8. Fragen und Antworten: a) Behebung epileptischer Störungen; b) Leichte Entbindung trotz ungünstigen Voraussetzungen. / 9. Aus dem Leserkreis: a) Hoher Blutdruck, Nieren- und Augenerkrankung; b) Limoncillo, ein heilsames Urwaldgras.

AUGUST, VERGISS IHN NIEMALS, NIE!

Was soll August denn andres tun,
Als in der Sonne liegend ruh'n?
Ist nicht gar alles schon geschafft?
Wo will er hin mit seiner Kraft?
So meinst du, aber weit gefehlt,
Er hat viel Arbeit sich erwählt,
Führt froh den Wandrer durch das Tal
Auf Höhen ohne Leid und Qual
Und zeigt ihm mit der ganzen Glut
Des Herzens: Schönheit, Reichtum, Gut,
Kurz, alles, was er still bewacht,
Indes das heit're Leben lacht!
Wer hungert und wer darbet noch?
Wer stöhnet unterm Arbeitsjoch?
August beschenkt mit mildem Sinn,
Was er dir gibt, gilt als Gewinn:
Weiße Wölklein im Sonnenstrahl,
Grüne Wälder im stillen Tal,
Rauschender Wasser Melodie,
All' dies vergißest du niemals, nie!

Kräuterkunde im August

Auch der August stellt an uns noch einige Aufgaben im Sammeln von Kräutern, die wir noch nicht eingeheimst haben. Davon möchten wir wiederum eine kleine Auslese folgen lassen.

Tausendguldenkraut (Erythraea centaurium)

Ob dieses Pflänzchen mit den schönen Rosablüten seinen kostbaren Namen besitzt, weil es seiner Wirkung wegen tausend Gulden wert ist, wer will es uns sagen? Wenn wir die seltene Gelegenheit haben, im Spätfrühling an den roten Mauern von Marakesch vorbeizufahren, indem wir gegen den Süden hinsteuern, werden wir nach ungefähr 1 Stunde Autofahrt den Fuß des Atlasgebirges erreicht haben. Hier, wo die Berber zu Hause sind, ist auch unsere liebe Freundin aus den Jurabergen heimisch. Tausendguldenkraut liebt Magerwiesen und Waldlichtungen und siedelt sich da an, wo nicht gedüngt wird. Seinen lateinischen Namen trägt es zu Recht, denn auch im Reiche des Negus, im Hochland von Eritrea, in 10 Grad nördlicher Breite, also nahe beim Aequator in über 2000 Meter Höhe wächst Erythraea centaurium, unser hübsches Tausendguldenkraut gerade so schön farbig wie auf unsern Juraweiden.

Abessinier, Berber und Araber brauchen dieses bittere Pflänzchen genau so gern als Magentonikum wie wir. Wer zu viel Magensäure hat und daher unter dem lästigen Sodbrennen leidet, findet im Tausendguldenkrauttee oder in den Centaritropfen eine einfache und zuverlässige Hilfe. Auch auf Leber und Milz wirkt das Kräutlein gut, besonders, wenn man es öfters in kleinen Mengen einnimmt. 3—5mal täglich 1 Eßlöffel Tee oder 10 Tropfen in Wasser eingenommen, genügen, um mit der Zeit die Sekretion der Magenschleimhäute wieder in Ordnung zu bringen.

Kamille (Matricaria chamomilla)

Berühmt ist die ungarische Kamille, die in den weiten Ebenen der Pusta wächst. Bei uns gedeiht sie selten wild und muß deshalb angebaut werden. Die echte Kamille ist von der falschen gut zu unterscheiden, indem man die Blüte mit einem scharfen Messer mitten durch entzweischneidet. Der Fruchtboden der echten Kamille ist kugelförmig und innen hohl.

Die Hauptwirkung der Kamille ist krampflösend und zwar im Magen, den Gedärmen und im Unterleib. Auch Koliken und Schmerzen im Bauch werden sofort gemildert durch einen schwachen Kamillentee. Hämorrhoiden, die lästige Schmerzen verursachen, werden durch Kamillentee oder Kamilleneinläufe beruhigt. Nach Zahnarztbehandlungen und Extraktionen wie auch bei Mundfäule sind Spülungen mit Kamillentee allgemein beliebt, da er sofort beruhigend, mildernd und auch heilend wirkt. Auch als Beigabe zu Sitzbädern dient die Kamille zur wirksamen Pflege der Frau.

Ringelblumen (Calendula officinalis)

Wie hilfreich und schön ist ein Bauerngarten mit Salbei-, Zitronen- und Goldmelisse, mit Pfefferminze und vor allem auch mit den orangefarbenen Ringelblumen! Hat man eine Wunde, eine Schürfung, geschwollene Drüsen, druckempfindliche Brustdrüsen, ja vielleicht sogar Verhärtungen, dann dient uns unser Garten als Apotheke, denn bei all diesen Mängeln wird uns die Ringelblume nützlich sein. Blätter und Blüten der frischen Calendulapflanze werden zerquetscht und über Nacht aufgelegt. In der Regel ist man darüber erstaunt, wie schön die Besserung voranschreitet, besonders wenn man die Pflege noch mit Einnahme von Urticalcin unterstützt. Gequetschte Ringelblumen wirken auch heilsam durch Auflage bei geröteten Augen, und auch wenn eine Hitze in ihnen ist. Als Grüntee getrunken, fördert Calendula auch die Periode. Bei Ausschlägen und Flechten wirkt Calendulatinktur äusserlich sehr zuverlässig.

Wahres Labkraut (Galium verum)

Beim Wandern durch die sommerlichen Fluren fällt uns immer wieder längs den Wegrändern inmitten buntem Blumenflor das feingegliederte, schön gelb blühende Labkraut auf. Dies ist die einzige Pflanze, die einen labähnlichen Stoff enthält, der die Milch gerinnen läßt. Wer Milch und Eiweißnahrung nicht gut verdaut, findet im Laubkraut die gewünschte Hilfe. Was die tropische Pflanze Carica papaya im Eiweißabbau erwirkt, das vermag auch unser Labkraut, wenn auch nur in weniger starkem Masse zu vollführen. Wer auf Wanderungen unter Nasenbluten leidet, kann rasch einige zerquetschte Labkrautblüten in die Nase stecken und das Bluten wird aufhören.

Augentrost (Euphrasia officinalis)

Früher war es üblich, zur Zeit der Weinlese frischen Augentrost in Traubensaft einzulegen und beides zusammen gären zu lassen. Wenn man morgens und abends hiervon längere Zeit ein Schnapsgläslein voll trinkt, soll man die Brillengläser nicht mehr nötig haben. Dies wird uns in alten Kräuterbüchern berichtet und bekannte Kräuterkenner jener Tage, Matthiolus und Arnoldus de Novavilla bestätigen, dies selbst erfahren zu haben. Verstärkt wird die Wirkung noch, wenn man die zerquetschten, frischen Pflanzen über Nacht auf die Augen legt. Auf jeden Fall ist es ein gut bewährtes Mittel zur Stärkung der Augen. Ob als Tee getrunken, als Tropfen eingenommen oder roh gequetscht aufgelegt, immer bereitet es seinem Namen Ehre, indem es ein Trost für unsere geschwächten oder kranken Augen ist. Wenn man zur gleichen Zeit noch Rüblisaft trinkt, dann ist die Unterstützung verstärkt, und wir werden wieder besser sehen können. Wer noch mehr erreichen will, der schütze seine Augen einige Zeit vor künstlichem Licht, gehe also früh zu Bett, um mit dem ersten Sonnenstrahl aufzustehen, denn das natürliche Licht schont unsere Augen.

Brunelle (Brunella vulgaris)

Wenn wir ein ganz gutes Wundkraut suchen wollen, dann schenken wir der Brunelle, die zwar nur ein bescheidenes Wiesenkräutlein ist, etwas mehr Beachtung. Wir erkennen sie an ihren violetten Blüten. Weil sie früher erfolgreich gegen Halsbräune angewendet wurde, blieb der bezeichnende Name bis heute. Brunelle wirkt zuverlässig, wenn Zunge und Hals entzündet sind und auch bei Mundfäule. Kaut man das Pflänzchen roh, dann wird der Saft auch den Magenschleimhäuten dienlich sein. Für den Winter trocknen wir uns einen kleinen Vorrat im Schatten, um die Wirkung der Pflanze das Jahr hindurch in Teeform zur Verfügung zu haben. Badet man alte und neue Wunden in einem Teeabsud von Brunelle, dann heilen sie rascher. Gut gewaschen und gequetscht, wirkt auch die Auflage der frischen Pflanze günstig.

Ysop (Hyssopus officinalis)

Im Buch der Könige des alten Jsrael wird Salomo als der Dichter geschildert, der von den Zedern des Libanon geschrieben hat bis zum Ysop, der aus der Mauer wächst. Dies verrät uns, daß Juden und Araber damals schon diese wärmende Heilpflanze gekannt haben, wirkt sie doch gegen Wassersucht und Steinleiden. Auch bei Gelbsucht ist Ysop mit der Goldrute zusammen gebraucht, eine wunderbare Hilfe. Wer zu Fettleibigkeit neigt, wird Erfolg haben, wenn er regelmäßig Ysoptee trinkt und zugleich mit Herbamare die Speisen würzt, denn dadurch wird die Linie langsam dem Schlankheitsideal zustreben, vorausgesetzt, daß man sich nicht vorwiegend von Kartoffeln, Teigwaren und Weißbrot ernährt. Ysop gehört in jeden Garten gepflanzt, da er bei uns und ganz selten wild vorkommt.

Behandlung rheumatischer Leiden

Ein führender Spezialist

Wenn man das Buch: «Der Arzt als Schicksal» von Dr. Bernhard Aschner zur Hand nimmt, dann ist man erfreut darüber, dass er die reichen Erfahrungen der wissenschaftlichen Medizin früherer Jahrhunderte nicht verächtlich zurückweist, sondern sie aus ihrer Vergessenheit hervorholt, sie selbst anwendet und ihre grossen Erfolgsmöglichkeiten durch seine eigene, reichhaltige Praxis beweist. Hochinteressant sind seine Abhandlungen über die Heilungsaussichten bei Rheumatismus, bei Angina pectoris und vor allem bei Geisteskrankheiten und anderem mehr. Die Möglichkeit durch eine Säfteerneuerung wieder Ordnung im Körperhaushalt zustande zu bringen und dadurch entstandene Mängel zu beheben, ist so einleuchtend, dass einem über die bestehenden Zusammenhänge jenes Licht aufgeht, das notwendig ist, um grundlegende Hilfe darbieten zu können. Darum der Titel: «Der Arzt als Schicksal», denn je nach den Ansichten, die unser Arzt vertritt, wird sich auch unsere Lage so oder so gestalten. Das geht eindeutig aus den Abhandlungen und dem gebotenen Beweismaterial hervor.

Als ich im Jahre 1950 Dr. Aschner das erste Mal in New York besuchte, freute es mich, von ihm über seine Erfahrungen und Beobachtungen in Amerika Grundlegendes zu vernehmen. Für einen Arzt, der von der Notwendigkeit naturgemäßen Heilverfahrens durchdrungen ist, bedeutet es keine Kleinigkeit im Herzen dieser Weltmetropole als überzeugter Vertreter der Naturheilmethode mit seinen Ideen und Erfahrungen durch ein Meer von Zivilisationsschäden, dem das amerikanische Volk preisgegeben ist, durchzudringen. Er kam mir wie einer vor, dessen Stimme im Sturme der Neuzeit verhallt.

Einige Jahre später, als dieser weitsichtige Arzt bereits schon über 70 Jahre zählte, konnte ich mich erneut an seinen Darlegungen erfreuen, denn er sprach am Aerztekongreß für Naturheilverfahren über sein Lieblingsthema, die Behandlung von Gelenkrheumatismus. Dabei bediente er sich der Lehren und Erfahrungen der alten, klassischen Schule, die längere Zeit abgelehnt und vergessen worden ist, langsam aber wieder Beachtung findet.

Seine Behandlungsweise

Er behandelt die akute Gicht wie früher erfolgreich mit Bryonia D 4 und die akute fieberhafte Gelenkrheuma mit Aderlaß und Schwitzen. Eigenartigerweise reagiert die Polyarthritis, die mehr infektiöse Form der Gelenkrheuma, in der Regel ungünstig auf das Schwitzen. Die chronische Gelenkrheuma teilt Dr. Aschner ein in die infektiöse und nicht infektiöse Form, wobei er erwähnt, daß er in seiner Praxis nur in 10 Prozent aller Fälle infektiöse Gelenkrheuma festgestellt habe. Die Arthrose erklärt er als keine reine Aufbrauchkrankheit, und er bewies diese Behauptung mit einleuchtenden Argumenten. Daß er die Notwendigkeit der Ganzheitsbehandlung unterstrich, ist bei seiner Einstellung selbstverständlich, zugleich aber betonte er auch die notwendigen Voraussetzungen einer gründlichen, in die Tiefe gehenden Diagnose, wobei er wörtlich erwähnte: «Man muß in der Medizin den ganzen Kuchen kennen und nicht nur die Rosinen herausnehmen.» Als hauptsächliche Voraussetzung der Arthritis deformans bezeichnete er die harnsaure Diathese. Nach seiner Erfahrung und Feststellung sind 80 Prozent aller Arthritiker Frauen, bei denen die Erkrankung meist erst nach dem Ausbleiben der Regel ausbricht. Bei Männern können als Mitursache oft sexuelle Exzesse beobachtet werden. Nach seiner Erfahrung konnte er feststellen, daß Männer, die viel rauchen und mit verschiedenen Frauen ein vergnügtes oder ausschweifendes Leben führen, sogar an Polyarthritis erkranken können.

Diese Beobachtung habe ich selbst auch schon in meiner Praxis gemacht, wenn sie auch bestimmt nicht auf alle Fälle zutrifft. Ich kenne Patienten, die unter Polyarthritis leiden, bei denen man außer einigen Ernährungsfehlern nichts Nachteiliges beanstanden kann, weil