Rauwolfia serpentina (Schlangenwurz)

Autor(en): **[s.n.]**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **24 (1967)**

Heft 10

PDF erstellt am: **18.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-553505

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

der Wahl von Arnika. Wer als sehr sensibel gilt, wird sich vor Arnikatinktur hüten müssen, weil er dadurch unter Umständen einen nesselartigen Ausschlag erhalten kann, den er erst wieder los wird, wenn er das Medikament meidet und statt dessen viel Kalk in Form von Urticalcin einnimmt. Die gleiche Aufmerksamkeit muss der sensible Patient jodhaltigen Medikamenten gegenüber beachten. Wer jodempfindlich ist, darf die Kelptabletten daher nur in potenzierter Form einnehmen. In der Regel ist seelische Sensibilität auch mit einer körperlichen Überempfindlichkeit verbunden. Bei Menschen, die von derberer Natur sind, stellen Kelptabletten eine herrliche Kräftigung dar, und in der Regel verschwindet durch deren Einnahme die Müdigkeit. Darum können diese Menschen dann kaum begreifen, dass der empfindsame Patient die millionenfach verdünnten Kelptabletten in D 6 benötigt, weil diese bei ihm noch reichlich stark genug wirken. Bei aussergewöhnlicher Empfindsamkeit spricht sogar D 10 noch wirksam an.

Solche Erfahrungen zeigen, dass wir ein Naturmittel, das etwas stark wirkt und womöglich mehr als erwünscht angreift, nicht einfach nur weglegen sollten. Es ist dies im Gegenteil eher ein Zeichen, dass die Mittelwahl richtig war, nur die Dosis muss schwächer sein. In einem solchen Falle kann man bei Flüssigkeiten statt 10 Tropfen nur 1 nehmen. Sollte sich diese Verdünnung noch als zu stark erweisen, dann nimmt man diesen einen Tropfen in 1 Deziliter Wasser ein, und wenn sich dies noch als zu stark erweist, kann der eine Tropfen sogar mit 1 Liter Wasser verdünnt werden. Äussert sich die Reaktion nicht mehr zu stark, dann kann das Mittel richtig ansprechen. Mögen auch manche nicht begreifen, dass solch hohe Verdünnungen noch wirken können, zeigt doch die Erfahrung, dass diese homöopatischen Dosen beim entsprechenden Patienten den Erfolg herbeiführen und somit das Richtige sind. Wer mit Naturmitteln erfolgreich umgehen will, muss gut beobachten können und in der Dosierungsfrage feinfühlend und geschickt sein.

Rauwolfia serpentina (Schlangenwurz)

Obwohl die Rauwolfia schon seit ungefähr 3000 Jahren in Indien als Volksheilmittel Verwendung findet, habe ich, als ich in Indien weilte, selbst auf dem Lande unter dem Volke wenig Kenntnisse vorgefunden. Sogar am Fusse des Himalaya, wo die Rauwolfia vielerorts wild wächst, kennen nur wenig Menschen den grossen Heilwert dieser Pflanze. Jahrhunderte lang waren es die Kavirei, worunter man die Ärzte der Volksheilkunde, also Naturheilärzte versteht, die mit allerlei Heilpflanzen, somit auch mit der Rauwolfia arbeiteten. Aus der Literatur geht hervor, dass erst im Jahre 1940 ein indischer Arzt, namens R. J. Vahl, die Rauwolfia in die Klinik einführte.

Blutdrucksenkende Wirkung

In England und Amerika war vor allem die blutdrucksenkende Wirkung der Rauwolfia massgebend, dass man sich mit ihr befasste. Auch wir besitzen blutdrucksenkende Pflanzen wie die Mistel, den Bärlauch und Knoblauch, ferner die Olivenblätter und den wilden Rosmarin. Sie alle vermögen jedoch den Blutdruck nicht so stark zu senken wie die Rauwolfia. Seitdem man diese Pflanze kennt, konnte schon mancher Hypertoniker, worunter man einen Kranken mit zu hohem Blutdruck versteht, sein Leben verlängern. Die Erfahrung hat jedoch gezeigt, dass die Wirkung nicht auf die Dauer anhält, weshalb man diese nicht als Heilung bezeichnen kann. Da der Blutdruck erneut steigt, wenn die Medikamentenwirkung ausgeklungen ist, handelt es sich nur um eine vorübergehende Beseitigung des Hochdruckes sowie der damit verbundenen Gefahren. Dieser nachteilige Umstand verlangt daher als grundlegende Behand-

lung dringlich nach einer Umstellung der Lebensweise, vor allem nach eiweissarmer Ernährung, wie sie «Der kleine Doktor», das bekannte Buch vielseitiger Ratschläge, erklärt.
Um bei hohem Blutdruck eine etwas stetigere Wirkung zu erreichen, ist eine Verbindung der Rauwolfia mit der Mistel sehr günstig. Dieser Vorteil ist in den Rauwolviscatropfen verwirklicht worden. Da sich die Forschung sehr stark für die Rauwolfia eingesetzt hat, konnte sie die meisten Wirkstoffe, vor allem Alkaloide finden wie Reserpin, Serpentin, und viele andere. Bei allen Pflanzen mit sehr starken Wirkstoffen sind die unerwünschten Nebenwirkungen weniger gross, wenn man den Gesamt- oder den Wurzelextrakt verwendet, als wenn man sich nur einzelner Alkaloide bedient. Das ist der Grund, warum man bei Rauwolvisca die ganze Wurzel von Rauwolfia mit dem Gesamtextrakt der Mistel verbindet.

Nervenberuhigung

Die sedative oder nervenberuhigende Wirkung der Rauwolfia hat sich in der Psychiatrie sehr stark durchgesetzt, und zwar in erster Linie bei der Schizophrenie. Allerdings braucht es hier viel grössere Dosen als bei hohem Blutdruck, weshalb man auch dementsprechend stärkere Nebenwirkungen zu gewärtigen hat. Aber auch in kleineren Mengen, wie sie besonders in der Verbindung mit Avena sativa zur Anwendung kommen, ist die Wirkung sehr gut, vor allem bei gewissen Erregungszuständen. Rauwolfavena ist daher als Kombination dieser beiden Pflanzen ein äusserst wirksames Nervenberuhigungsmittel. Vorteilhaft ist dabei, dass die Dauer der Wirkung ziemlich lange anhält.
Da der volle Wirkungseffekt von Rauwolfiapräparaten erst nach einigenWochen ganz zur Geltung kommt, muss man diese Erzeugnisse längere Zeit einnehmen, um den erwünschten Erfolg feststellen zu können. Bereits sind viele Forschungen mit dieser eigenartigen Pflanze vorgenommen worden, gleichwohl aber hat man noch nicht alle Gehaltstoffe und Wirkungseffekte von ihr ergründet. Die indischen Heilkundigen verfügen über Anwendungsformen, für die wir noch keine wissenschaftliche Erklärungen kennen.

Grillieren über Holzkohle

Das *Thuner Tagblatt* enthielt einen Artikel, der vor dem Grillieren von Fleisch über Holzkohle warnte, da diese Kochart krebserregende Stoffe erzeuge. Ein langjähriger Abonnent unserer «Gesundheits-Nachrichten» wollte nun unsere Einstellung zu dieser Behauptung erfahren, da er bis jetzt an schönen Sonntagen gern am Waldrand Holz sammelte, um auf entfachter Glut ein Poulet oder kleine Filetstücke zu braten.
Der erwähnte Artikel weist für weitere Auskunft auf das Eidgenössische Gesundheitsamt in Bern hin, sowie auf die Schweizerische Liga für Krebsbekämpfung, weshalb der Artikel also aus kompetenter Quelle stammen muss. Nun scheinen aber die Herren bei ihrer Warnung ganz vergessen zu haben, wie man Fleisch, ohne Gefahr zu laufen, grillieren soll. Es stimmt, dass beim Grillieren von Fleisch 15 cm über rotglühender Holzkohle das heruntertropfende Fett verbrennt und in dem Rauch teerartige Stoffe, wie das erwähnte Benzpyren entwickelt, und dieses ist, wie alle Teerprodukte, cancerogen, also krebserregend. Man sollte daher beim Grillieren folgende zwei Punkte beachten. Erstens muss man alles Fett, das dem Fleisch anhaftet, wegschneiden. So lautete schon der Befehl in den alten hebräischen Schriften der Bibel, allgemein bekannt als Altes Testament, denn die genauen Anweisungen verlangten, dass man alles Fett vom Fleisch der Opfertiere wegschneiden musste, um dieses vor der Zubereitung des Fleisches im besonderen zu verbrennen. Diese Forderung mochte damals womöglich schon der Kenntnis entsprungen sein, dass tierische Fette, be-