Galeopsis ochroleuca, Hohlzahn

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

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **26 (1969)**

Heft 9

PDF erstellt am: **18.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-969288

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

Hotels die Anwesenheit der unliebsamen Gesellen. Unbegreiflich war für den gesunden Menschenverstand solches Gebahren, und man hatte den berechtigten Eindruck, in einem Narrenhaus zu verweilen oder zum mindesten doch von Geisteskranken und Umnachteten umgeben zu sein. Manchmal bemühten sich Tageszeitungen durch Schnappschussbilder das nächtliche Treiben bekanntzugeben, während entsprechende Kritiken einen gerechten Unwillen offenbarten.

Wer trägt die Schuld?

Es war, als hätte sich das ganze hässliche Geschehen zweier Weltkriege und der bedenklichen Nachkriegszeit in den jugendlichen Herzen angestaut. Wo war die rechte Erziehung, als die Welt wahnsinnig wurde und der Friede die Erde verliess? Wieviel Angst und Sorgen, wieviel Grausamkeit und Elend, wieviel abstossende Hässlichkeit musste seither die Menschheit erleben! Was wird der Jugend heute in Filmen und Fernsehprogrammen geboten? Selbst die Belehrung in den Schulen passt sich nur zu willig den verdorbenen Ansichten unserer Tage an und vielfach ist die gepriesene Aufklärung ein völliges Abreissen sittlicher Werte. Wundern wir uns noch über die Haltlosigkeit, die einen erschreckenden Teil der Jugend erfasst hat, weshalb sie taumelnd in noch grösseres Elend gerät? Narkotikasucht und Prostitution blühen immer mehr, und was das zur Folge hat, klagt alle jene an, deren Erzieherkunst versagte. Nie führte Verkommenheit aus körperlicher und seelischer Not heraus, sondern mehrte sich bedenklich. Wer Zügellosigkeit mit Freiheit verwechselt, findet den Weg zum Anarchismus, und wer die Rechte der Mitmenschen missachtet, ist ein unverbesserlicher Rebell. Er zieht die unglückseligen Verhältnisse der Vergangenheit nicht mildernd in Betracht, sondern klagt durch sein Verhalten an, ohne auch nur selbst den kleinen Finger zu rühren, um Gutes zu bewirken. Kritisieren ist nur dann angebracht, wenn wir uns selbst zum Verbessern der Lage einsetzen. Die Hoffnungslosigkeit unserer Generation müsste nicht sein, wenn nicht jeder seinen eigenwilligen Weg gehen wollte. Ein weiser Spruch des Altertums sagt: «Da ist ein Weg, der einem Menschen gerade erscheint, aber sein Ende sind Wege des Todes.» Trifft das nicht trefflich auf alle Rebellen zu?

Galeopsis ochroleuca, Hohlzahn

Der Hohlzahn begegnet uns in den Wäldern, wo er sich vor allem gern in den Lichtungen ausbreitet. Auch auf Äckern können wir ihn finden, und zwar besonders längs den Rändern von Getreidefeldern. Galeopsis ist ein kieselsäurehaltiges Kraut, was auch auf den Vogelknöterich, bekannt unter der lateinischen Bezeichnung Polyconium aviculare und auf das Zinnkraut oder Equisetum arvense, zutrifft. All diese kieselsäurehaltigen Pflanzen wurden in der Volksmedizin zur Bildung starker Nägel, schöner Haare und nicht zuletzt auch bei Lungenkrankheiten verwendet. Für Lungentuberkulose ist die Kieselsäure zwar kein Heilmittel; aus der Fachliteratur geht indes hervor, dass sie in diesem Falle die Vernarbungs- oder Verkalkungstendenz fördert, weshalb sie eine wichtige Unterstützung in der Therapie darstellt.

Die Kieselsäure leistet auch gute Dienste, um eine Resistenzsteigerung zu erlangen, vor allem im Bindegewebe. Es ist ferner vorteilhaft, wenn wir nach schweren Infektionskrankheiten, wie auch nach Operationen einige Zeit kieselsäurehaltigen Tee trinken. Am besten wirkt sich hierzu die Mischung der drei erwähnten, kieselsäurehaltigen Pflanzen aus. Bekanntlich regt Zinnkraut gleichzeitig auch die Niere an, weshalb die Mischung nicht zu gleichen Teilen vorgenommen werden sollte. Es ist daher gut, darauf zu achten, mehr Vogelknöterich und Hohlzahn und etwas weniger Zinnkraut zu verwenden.

Bekanntlich überbrüht man die aromatischen Kräuter nur, die kieselsäurehaltigen kocht man dagegen so lange, bis das verwendete Wasser zur Hälfte eingekocht ist. Nimmt man also auf 4 Esslöffel Kräuter einen ½ Liter Wasser, dann lässt man dieses so lange kochen, bis nur noch 2½ Deziliter übrig bleiben. Wer sich die Mühe der Teezubereitung ersparen möchte, kann die entsprechenden Tinkturen verwenden. In diesem Falle nimmt man vom Hohlzahn und dem Vogelknöterich dreimal täglich mindestens 20 Tropfen und 10 Tropfen Zinnkraut.

Vorbeugende Aktion

Statistiken geben bekannt, dass in der Schweiz jährlich ungefähr 30 000 Menschen an Herzinfarkt sterben. Sollten wir uns da nicht nach vorbeugenden Massnahmen umsehen? Die Erfahrung beweist, dass man diese hohe Zahl auf die Hälfte vermindern könnte, wäre man wirklich darauf bedacht, zu meiden, was gefährlich ist. Um dies beachten zu können, muss man erst einmal die Gefahren kennen. Warnt man am Meeresstrand nicht auch vor jenen Gefahren, die der Sog, die Wirbel und Haifische mit sich bringen? Ist in den Bergen die Warnung vor Steinschlag und Lawinen nicht angebracht? Sollte man also in der Hast des Alltags nicht ebenso dringlich auf die Gefahren des Herzinfarktes hinweisen, damit für einen jeden die Möglichkeit besteht, sie kennen zu lernen und zu meiden?

Geistige Beweglichkeit erforderlich

Stets sollten wir geistig so beweglich bleiben, dass wir eine Lebensweise, die uns nachweisbar schadet, zu ändern vermögen. Wenn wir unseren Zustand ehrlich prüfen, müssen wir vielleicht im stillen zugeben, dass wir uns gefährdet fühlen, aber in der Regel fällt es uns schwer, uns gewisser Gewohnheiten zu entledigen. Es wäre bestimmt angebracht, dass Ärzte, Krankenschwestern und andere Personen, die in dem Heilgewerbe tätig sind, den Gefährdeten durch passende Warnung ihr volles Verständnis entgegenbringen würden, denn dadurch könnten schon alleine in der Schweiz jährlich ungefähr 15 000 Menschen am Leben erhalten bleiben. Meist stehen jene, die einem Herzinfarkt erliegen könnten, in allzu rastlosem, aufreibendem Arbeitsprozess. Ohne das Einschalten innerer Ruhe verbrauchen sie alle ihre Kraftreserven, weshalb es nicht verwunderlich ist, wenn ihr Herz seinen willigen Dienst plötzlich versagt. Jemand, der einen verantwortungsvollen Posten betreut, hinterlässt nicht nur in seiner eigenen Familie, sondern vor allem auch in seinem Wirkungsfeld meist eine empfindliche Lücke. Es ist gut, gewissenhaft zu sein, aber nicht gut, sich atemlosem Verbrauch auszusetzen. Mit Besonnenheit und weiser Überlegung gewinnt man mehr als mit überstürzter Hast. Aber in der Regel lässt sich jener, der bereits übermüdet ist, gar nicht zu vernünftigem Nachsinnen bringen, wiewohl er sich dadurch manche Belastung ersparen könnte. In der Furcht aber, nicht mehr allen Pflichten gegenüber gewachsen sein zu können, lässt sich manch einer noch mehr aufladen, statt weise auf dies und das zu verzichten. Erst vor einigen Tagen, als ich in New York an einem grossen Kongress teilnahm, erfuhr ich vom Tod eines meiner Freunde, der infolge eines Herzinfarktes unter einer Menge von etwa 100 000 Menschen tot zusammensank. Seine Frau, die seinen Zustand richtig einschätzte, hätte ihn lieber vom Besuch des Kongresses zurückgehalten. Ihre Berechnung, dass er der vermehrten Belastung nicht standzuhalten vermöchte, erwies sich als richtig. Hätte er sich die notwendige Schonung zukommen lassen, dann hätte er sich sehr wahrscheinlich auch wieder erholen können. Oft ist es gut, wenn unser Körper auf eine Weise streikt, die uns zur unbedingten Ruhe zwingt. Manchmal erholen wir uns verhältnismässig rasch wieder, manchmal braucht es auch längere Zeit, aber es lohnt sich bestimmt, unseren