

<b>Zeitschrift:</b>	Das Rote Kreuz : officielles Organ des Schweizerischen Centralvereins vom Roten Kreuz, des Schweiz. Militärsanitätsvereins und des Samariterbundes
<b>Herausgeber:</b>	Schweizerischer Centralverein vom Roten Kreuz
<b>Band:</b>	35 (1927)
<b>Heft:</b>	3
<b>Artikel:</b>	Von einem alten Heilmittel, dem Knoblauch, und einer neuen Krankheit, dem Blutdruck
<b>Autor:</b>	Scherz
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-973559">https://doi.org/10.5169/seals-973559</a>

### 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:** 18.01.2026

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

sang, du pus, des bacilles, des sédiments, des sels, des calculs, etc.

Aujourd'hui, grâce à des instruments spéciaux, on arrive à recueillir séparément l'urine de chaque rein, de sorte qu'on peut s'assurer du fonctionnement du rein gauche ou du rein droit, ce qui permet de déterminer lequel est malade, et d'intervenir en connaissance de cause.

Quant à l'analyse quantitative des urines, elle se fait dans les laboratoires, car pour être faite minutieusement, on doit se servir d'appareils assez compliqués auxquels les médecins ont recours en présence de cas difficiles.

D<sup>r</sup> M<sup>l</sup>.

## Le sommeil des écoliers.

Le D<sup>r</sup> T. Dyckle Acland vient de présenter au Congrès des Sociétés savantes anglaises à New-York, un rapport dont les conclusions le feront bénir par tous les écoliers.

Il a déclaré que les enfants accomplissaient surtout leur croissance au lit; lorsqu'ils entrent dans une école ou lycée, ils ont encore à grandir 30 cm., à acquérir 40 % de leur poids normal d'adulte. Pour cela il leur faut du sommeil.

Le directeur d'une grande école anglaise, qui a transporté de sept à huit l'heure du petit déjeuner du matin, dans son établissement, affirme que tous ses élèves vont mieux et travaillent mieux. Le D<sup>r</sup> Acland montre des spécimens de l'écriture d'un enfant dormant seulement sept heures; elle est molle et incohérente; lorsqu'on le laisse dormir dix heures, son écriture devient ferme et claire. Le D<sup>r</sup> Acland cite l'exemple d'enfants qui, dormant neuf heures à l'école, ne dormaient jamais assez et passaient les premières journées de leurs vacances à dormir.

Suivant les médecins des écoles, un enfant qui grandit a besoin de neuf heures

à dix heures de sommeil; jamais il ne doit en avoir moins de neuf. Les exercices physiques ne font qu'augmenter le besoin du sommeil. Il est, du reste, difficile pour un homme de dormir trop longtemps et c'est impossible à un enfant.

En résumé, dit le D<sup>r</sup> Acland, priver un enfant de sommeil tend à retarder son développement mental et physique; le laisser dormir son saoûl, ce n'est pas lui donner des habitudes de paresse, c'est lui apprendre à se soigner.

---

## Von einem alten Heilmittel, dem Knoblauch, und einer neuen Krankheit, dem Blutdruck.

---

Von einem im allgemeinen sehr verpönten und von den meisten Leuten unseres Landstriches gemiedenen Gemüse wollen wir also reden, vom Knoblauch. Er ist nicht sehr salonfähig, und wir alle kennen den für uns sehr unangenehmen, durchdringenden Geruch, welcher dem Munde desjenigen entströmt, der Knoblauch gegessen. Verdient aber diese Pflanze, die sich in ihren Blüten ganz nett präsentiert, wirklich diese Verachtung?

Offenbar war diese Geringschätzung nicht überall vorhanden und ist es auch heute nicht durchwegs. In der Küche wird Knoblauch oft als Gewürz verwendet, in kleinen Quantitäten zwar, aber vielen Wurstwaren gibt er einen angenehmen Beigeschmack. Früher wurde der Knoblauch häufiger gegessen, und zwar wohl als Gemüse. Als die Kinder Israels aus Aegypten auswanderten, in der Wüste umherirrten und darbten, da weinten sie und sprachen: „Wer will uns Fleisch zu essen geben? Wir gedenken der Fische, die wir in Aegypten umsonst hatten und der Kürbisse und des Lauches, der Zwiebeln und des Knoblauches“, woraus wir schließen können, daß der Knoblauch eine damals sehr

gesuchte und geschätzte Speise war. Die alten Griechen allerdings nannten den Knoblauch die „stinkende Rose“ und verwehrten Leuten, die nach Knoblauch rochen, den Zutritt zu den Tempeln. Nichtsdestoweniger schätzten sie die harntreibenden Eigenschaften der Pflanze. Sie hat sich wohl auch nie träumen lassen, daß sie einem der größten Dichter des alten Roms, Horaz, Stoff zu einer hübschen Satire geben würde. Der Knoblauch wird darin als das stärkste Gift der Welt dargestellt, viel giftiger noch als der Schierling, der doch als das tödlichste Gift galt. Horaz schreibt in dem Gedichtchen seinem Freund Mäzenas:

„Wer seinem Vater frevelhaft mit eigner Hand  
Die Greisenkehl' einst umgedreht,  
Dem reichtet Knoblauch, äzender als Schier-  
lingshaft!“

und alle die Gifte und Nebel, welche den griechischen Helden in der Argonautensage den Tod brachten, werden von ihm in den folgenden Versen als vom Knoblauch übertroffen geschildert. Schalkhaft warnt er zum Schlusse:

„Doch wenn dich jemals solch Gelüst,  
Mäzenas, reizt, so wünsch' ich Dir,  
Das Mädchen strecke Deinem Kuß die Hand  
zur Wehr.“

Wenn aber, wie heute noch, der Knoblauch möglichst als Genussmittel gemieden wurde, so war er gleichwohl von jeher als Heilmittel bekannt und waren seine heilbringenden Wirkungen für Krankheiten aller Art gesucht und sind es bis auf den heutigen Tag da und dort im Volke geblieben. So soll ein Hornhautfleck, mit dem Saft von Knoblauch berührt, allmählich verschwinden. Bosnische Bauern sagen: „Hast du ein Augenleiden, so iß 40 Tage lang nacheinander Knoblauch, und es werden dir die Augen so erstarken, daß du die Sterne am Himmel abzählen können“. Als Mittel gegen Zahnschmerzen wird er auch heute vielfach gebraucht, auch gegen Hühneraugen, und mit Honig gemischt soll er ein recht brauchbares

Mittel gegen Haarausfall sein. Wer probiert? Zur Zeit von Choleraepidemien aßen die Pflegepersonen Knoblauch, und ein ungarischer Arzt schreibt, daß die von Krämpfen erstarren Glieder mit Knoblauchsaft eingerieben wurden, so daß der Gestank mehr zu fürchten war, als die Krankheit selber. In Russland gilt er als auswurfförderndes und hustenstillendes Mittel, und das Hineinstecken einer Knoblauchzehne in ein Nasenloch soll den Menschen gegen Grippe gefeit machen. — Bekannter als alle diese Anwendungen ist uns seine Verwendung zum Abtreiben von Eingeweidewürmern; besonders die kleinen Springwürmer, unter denen Kinder so oft zu leiden haben, weil ihnen durch das beständige Zucken im After der Schlaf geraubt wird, können durch Einläufe von Knoblauchaufgüssen zum Verschwinden gebracht werden.

Dem Knoblauch wurde auch seit langem eine desinfizierende Kraft nachgerühmt. Wir lesen in einem alten Doktorbüchlein: „Der Knoblauch ist eines der stärksten Gifte und ein sicheres Bevährungsmittel gegen die böse Luft“ und „er treibt die faule Materie des Hustens aus dem Magen und die schlechten Gerüche aus dem Darme“. Wie so oft in der Volksmedizin wurde da Ursache und Wirkung verwechselt. Aber wissenschaftliche neuere Untersuchungen haben doch eine gewisse Desinfektionskraft feststellen können, besonders auf entzündeten Schleimhäuten des Darms.

Aber auch eine andere wichtige Eigenschaft des Knoblauchs wurde festgestellt, die Einwirkung auf den Blutdruck in unserm Körper. Ein erhöhter Blutdruck soll nach dessen Gebrauch sinken. Diese Feststellung ist keineswegs etwa eine solche der Neuzeit. In Südfrankreich galt von jeher Knoblauch als Heil- oder sogar Vorbeugungsmittel gegen Arterienverkalkung oder Arteriosklerose, wie der medizinische Ausdruck lautet. Und von einem alten Bekannten wissen wir, daß er in regelmäßigen Zwischenräumen ein Gläs-

lein Knoblauchsft gegen seine „Artillerieverfalkung“ trinkt, wie er sie scherzend nennt. Der Blutdruck spielt bei der Arterienverfalkung für Arzt und Laien eine große Rolle. Die Wissenschaft ist sich allerdings heute noch nicht klar darüber, ob der erhöhte Blutdruck die Folge oder die Ursache der Arterienverfalkung sei. Man neigt heute eher der letztern Auffassung zu. — Unter Blutdruck verstehen wir den Druck, der im Innern des Herzens und der Schlagadern herrschen muß, damit das Blut vom Herzen durch das feine Netz der Haargefäße im ganzen Körper herumgetrieben werden kann. Wir können diesen Blutdruck durch geeignete Instrumente an den größern Körperschlagadern messen. Er beträgt im Mittel meist ca. 120 mm, was physikalisch sagen will, daß es eine Quecksilbersäule von 12 cm Höhe braucht, um dem Druck standzuhalten. Ein Blutdruck von 100—130 mm kann als normal bezeichnet werden. Natürlich ist er im Körper nicht überall gleich hoch. Geregelt wird er durch gewisse Nerven und durch Ausscheidungsprodukte sogenannter innerer Drüsen, von denen die Nebenniere eine große Rolle spielt. Der Arzt verwendet diesen Nebennierenextrakt, Adrenalin genannt, zur Hebung der Herzkraft, wenn diese durch irgendwelche Vorgänge gesunken ist. Vorübergehend kann der Blutdruck sich ändern durch plötzliche heftige Gemütserregungen, durch Schmerz, große Hitze oder starke Kälte, durch starke körperliche und geistige Anstrengung. Auch die Körperlage hat einen Einfluß; wer an der Reckstange hängt mit abwärts hängendem Kopf wird im Schädel einen größeren Blutdruck aufweisen, als wenn er liegt oder steht. Gesunde Adern können alle solche vorübergehenden Schwankungen restlos ertragen, da sie elastisch sind; wenn sie aber krank werden, so ist die große Gefahr dabei, daß häufige, vor allem aus plötzlichen Schwankungen solche erkrankte Gefäße zum Bersten bringen können. Erkrankte Gefäße finden wir aber bei der

oben erwähnten Arterienverfalkung, wo die Elastizität der Adern durch Einlagerung von Kalkstoffen leidet, und sie so einem plötzlichen Andrang nicht mehr standhalten können und platzen. Das ist der gewöhnliche Vorgang beim Schlaganfall im Gehirne, bei der Apoplexie. Darum sind gerade für an Adernverfalkung Leidende plötzliche Anstrengungen zu vermeiden, „die das Blut in den Kopf jagen“, wie sich der Laien ausdrückt, Heben schwerer Lasten, oder auch körperliche Anstrengung, wie sie z. B. bei Leuten vorkommt, die der Verstopfung wegen zu stark bei der Entleerung pressen müssen. Deshalb kommt es nicht so selten vor, daß Arteriosklerotiker gerade während dieses Aktes vom Schlaganfall getroffen werden können.

Auch gewisse Nieren- und Herzkrankheiten zeigen eine Erhöhung des Blutdruckes. Solche Krankheiten sind oft auf Mißbrauch von Alkohol, Nikotin, Kaffee und Tee, sowie auf übermäßiger, allzu reichlicher und gewürzter Nahrungs- und Flüssigkeitsaufnahme zurückzuführen. Es ergibt sich daraus von selbst, daß solche Kranke vor allem aus diese Nahrungs- und Genussmittel meiden oder doch ihren Gebrauch möglichst einschränken sollen.

Nun hat sich aber in den letzten Jahren der Arzt häufiger als früher mit der Feststellung des Blutdruckes befaßt, da infolge Fabrikation handlicher Instrumente derselbe leichter in der Sprechstunde zu konstatieren war. Auf dessen Schwankungen hat dann aber der Laien übermäßig viel Gewicht gelegt und hat sich deswegen geängstigt. Wir können ganz gut von einer „Blutdruck-Krankheit“ reden. Die Ärzte erzählen, wie oft Leute nur zu ihnen kommen, um sich den „Blutdruck“ messen zu lassen. Trotz der Versicherung der Ärzte, daß nicht jede Erhöhung derselben eine schädliche sei, daß unter Umständen vielfach ein erhöhter Blutdruck geradezu nützlich und notwendig sein kann, wird darüber verständnislos geurteilt. „Ich habe den Blut-

druck", heißt es, gerade wie wenn man ohne Blutdruck überhaupt leben könnte. So leben denn solche Leute in einer beständigen Angst, vergessen aber vielfach dabei, ihre Lebensweise zu ändern. Während der eine schon bei einer leichten Steigerung äußerst vorsichtig lebt und zum reinen Hypochondriker wird, prahlt der andere mit 180 oder auch mehr Millimeter Druck, daß er sich noch nie so wohl gefühlt habe und raucht und trinkt drauflos. — Zugegeben muß werden, daß unter Umständen eine ständige Erhöhung des Blutdruckes Anzeichen von beginnenden oder bestehenden Krankheiten sein kann und Gefahren birgt, daß, wie wiederholt erwähnt wurde, bei der Arterienverkalkung ein erhöhter Blutdruck wohl immer zu konstatieren ist. Beständig erhöhter Blutdruck kann zu Kopfschmerzen und Schwindelanfällen führen und bedeutet für das Herz mit der Zeit eine immer höhere Belastung.

Daher ist es auch verständlich, wenn nach Mitteln gesucht wurde, um den zu hohen Druck erniedern zu können. Mittel, den erhöhten Blutdruck dauernd mit Sicherheit senken zu können, sind jedoch noch nicht bekannt. Doch haben neuere Untersuchungen dazu geführt, die, wie wir oben angedeutet haben, empirisch bekannte Blutdruck senkende Wirkung des Knoblauchs und auch anderer Pflanzen, wie der Mistel, zu studieren und verwertbar zu machen. Dem allgemeinen Gebrauche des Knoblauchs als Heilmittel in der medizinischen Wissenschaft stand jedoch der widerliche Geruch entgegen, welcher bei der chemischen Zersetzung im Körper entsteht und zum größten Teil wohl auf Schwefelverbindungen beruht. Sehr rasch werden offenbar die Abspaltungsstoffe ins Blut aufgenommen und teilen sich damit der Ausatmungsluft und auch dem Schweiße mit. Nach vielen schwierigen Versuchen ist es gelungen, diese eigenartige, im Knoblauch enthaltene Substanz zu isolieren und ihr den unangenehmen Geruch zu nehmen, ohne das Heilsame in ihr zu schädigen.

Daß es schweizerische chemische Fabriken sind, die sich diesen Studien gewidmet haben, kann uns mit besonderer Genugtuung erfreuen. Die Chemische Fabrik, vormals Sandoz, in Basel, hat ein Knoblauchpräparat hergestellt, das Allisatin, das in Form von Kapseln zu innerlichem Gebrauch hauptsächlich bei chronischen Darmerkrankungen als Darmdesinfizient mit Erfolg vom Arzte verordnet wird. Und die Nahrungsmittelfabrik Galactina in Belp stellt ein Blutdruck senkendes Präparat, das Arterosan, her, das zum Hauptteil Knoblauch und Mistel enthält und ohne jeden unangenehmen Geruch ist. Beide Präparate werden deshalb leicht eingenommen und auf Rat des Arztes nutzbar verwendet werden können.

So wollen wir denn hoffen, daß der so arg verschmähte Knoblauch wieder zu Ehren gezogen wird und als geruchloses Heilmittel Segen bringt und vor allem aus dieser neuen Modekrankheit, den „Blutdruck“, zum Verschwinden bringen hilft. Wenn mich aber jemand zu einer Fondue au vacherin einladen würde, so möchte ich schon bitten, bei dessen Zubereitung nach dem Rate meiner Mutter das Pfännchen mit einer Knoblauchzehe auszureiben, um der Fondue einen exquisiten Wohlgeschmack zu verleihen, ob der Wunsch von Horaz dann in Erfüllung gehe oder nicht.

Dr. Scherz.

## Verbrauch von Parfümerien in der Schweiz.

Die Schweiz hat im Jahre 1925 etwa 62 000 kg verschiedene Parfümeriewaren eingeführt, darunter kosmetische Präparate, Haarwasser, Hautcremen und andere Toiletteartikel im Werte von 9 300 000 Franken. Ausgeführt hat sie Parfümerieartikel im Werte von rund 11,5 Millionen Franken.