Zeitschrift: Sauter's Annalen für Gesundheitspflege : Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 31 (1921)

Heft: 4

Artikel: Ueber einige harntreibende Kräuter

Autor: Keller

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1037757

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: 14.12.2025

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

Sauter's Annalen
für Gesundheitspflege
Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgegeben unter Mitwirkung von Aerzten, Praktikern und geheilten Kranken.

Nr. 4 31. Jahrgang der deutschen Ausgabe. April 1921.

Inhalt: Ueber einige harntreibende Kräuter. — Schlaflosigkeit. — Schreien der Kinder. — Das sittliche Ideal der Zukunft. — Der deutschen akademischen Jugend! — Die körperliche Erziehung unserer Kinder und Jugend. — Häßlicher Mundausschlag durch Zahnwasser. — Korrespondenzen und Heilungen: Masernfälle, Scharlachfälle.

Ueber einige harntreibende Kräuter.

Von Dr. med. Keller, Badearzt und Kurhausarzt, Bad Wörishofen.

Ein vorzügliches Unterstützungsmittel der Wasserkur finden wir in den Heilkräutern. Mit vollen Händen teilt Mutter Natur ihre Gaben aus, aber leider mangelt oft den Menschen das richtige Verständnis für die vielen heilbringenden Pflanzen. Schon in grauer Vorzeit kannte man die Heilkräuter und zog mannigfaltigen Nutzen daraus. Im Laufe der Jahrhunderte aber geriet die Wissenschaft in Vergessenheit. Es ist ein Verdienst des Prälaten Kneipp, neben seiner Wasserkur auch die Heilkräuter wieder zu Ehren gebracht zu haben.

Uns sollen heute einige Pflanzen beschäftigen, deren Wirkung vornehmlich eine diuretische, d. h. harntreibende ist: das Zimmerkraut, die Erdbeere, die Hagebutte und die Wachholderbeeren.

Die Organe des Körpers, besonders die Niere, haben es notwendig, öfters durchspült zu werden, damit Gifte, vor allem die Blutgifte ausgeschieden, schädliche Stoffwechselprodukte herausbefördert oder Gebilde, welche die Harnkanälchen verstopfen, herausgeschwemmt werden. Kommt es zu Wasseransammlung im Körper, sei es im Ganzen in Form der Wassersucht oder in Teilen in Form der Transsudate, dann braucht der Organismus harntreibende Stoffe. Wollen sich in der Niere Steine bilden, dann müssen die diuretischen Mittel dem Kristallisationsbestreben der dort ausgeschiedenen Substanzen entgegenwirken. Bei Entzündungszuständen der Harnwege bildet sich immer ein dicker, salzreicher Harn; den zu verdünnen und damit die Reizwirkung auf die Harnwege abzuschwächen, ist Aufgabe der diuretischen Stoffe.

Eines der besten harntreibenden Mittel ist das Zinnkraut (Equisetum arvense). Gar mannigfach sind die Namen für diese Pflanze: Scheuergras, Kannenkraut, Schafheu, Schachtelhalm u. a. mehr. Ueberall wächst es, am besten ist jedoch das auf trockenen Wiesen und guten Aeckern. Der Geschmack des Zinnkrautes ist zusammenziehend, etwas bitter und salzig. Seine Wirkung auf den Organismus ist eine reinigende, also harntreibende, dann auch eine adstringierende, d. h. zusammenziehende. Ueber letztere Wirkung soll heute nicht gesprochen werden. Wie oft kommt es vor, daß Patienten bei der Durchführung der Wasserkur über starken Urindrang, besonders bei Nacht, klagen;

hierüber sollten sie aber nicht ängstlich sein, im Gegenteil sich freuen. Die Wasserkur will ja ausscheidend wirken; ist sie ja allein schon durch ihren Einfluß auf die Blutzirkulation ein prachtvolles harntreibendes Mittel, um so viel mehr noch, wenn ein harntreibender Tee dazu verordnet wird. Bei Blasenkatarrh und Nierenleiden leistet der Zinnkrauttee Hervorragendes. Einmal sah ich auch eine vorzügliche Wirkung bei Nierensteinleiden. Ein Patient hatte sehr viel unter Nierensteinkoliken zu leiden. Nach Ansicht seiner behandelnden Aerzte hatte nur eine Operation Aussicht auf Erfolg. Da gebrauchte der Kranke eine Wasserkur und trank fleißig Zinnkrauttee. Und eines Tages ging der Stein völlig schmerzlos ab, und seitdem ist kein Rückfall mehr eingetreten.

Milder in ihrer Wirkung ist die Erdbeere (Fragaria vesca) und ihre Blätter. Die Erdbeere ist bei uns überall in sonnigen Waldungen zu treffen. Sie blüht von April bis Juni. Die eirunden und gezähnten Blätter werden im Mai gesammelt. Kneipp empfiehlt die Erdbeerkur zur Blutreinigung, besonders bei Gries- und Steinleiden. Der Erdbeerblättertee ist nicht nur ein sehr wohlschmeckender und billiger Ersatz des chinesischen Tees, namentlich in Verbindung mit Waldmeister, sondern er hat auch bei Nieren- und Blasenleiden eine vorzüglich harntreibende Wirkung. Joachim Camerarius schreibt in seinem Kräuterbuch (1586) über den Erdbeerblättertee: „. . . es führet aus das Grieß und den Stein, treibet fort den verstandenen Harn und heylet die Geschwüre der Niere".

Allgemein bekannt ist die Heckenrose (Rosa canina), auch Hagebuttenstrauch genannt. Sie blüht im Juni und Juli, die Früchte reifen Ende September und im Oktober. Das Mark der Früchte gibt eine vorzügliche Marmelade, die gut getrockneten Früchte oder auch die Kernchen allein einen guten Tee. Hagebuttentee ist gut und mild für Nieren und Blase; er treibt Wasser, reinigt die Niere und Blase von Rückständen und verhütet dadurch Gries- und Steinbildung.

Wachholder (Juniperus communis) wächst meist als Strauch. Seine Blüte fällt in die Monate April und Mai. Die reifen Beeren werden im Herbste gesammelt. Sie schmecken harzig gewürzhaft, bitterlich süß und haben angenehmen Geruch. Gar vielseitig ist ihre Verwendung als Räuchermittel, zur Magenkur. Uns interessiert vor allem die harntreibende Wirkung. Bei Stein und Gries, bei Nieren- und Leberleiden haben die Wachholderbeeren seit alters einen guten Ruf. Die jungen Sprossen des Wachholderstrauches sind als Tee ein bewährtes Mittel bei Anfängen der Wassersucht und zur Reinigung des Blutes.

Ein Tee von Zinnkraut, Erdbeerblättern, Hagebutten und Wachholderbeeren ist ein vorzügliches Unterstützungsmittel der Wasserkur. Besonders empfehlenswert halte ich diesen Tee für ältere Patienten, bei denen sich schon Zeichen der Gefäßveränderung (Arteriosklerose) bemerkbar machen, dann auch für alle diejenigen, welche zur harnsauren Diathese, also zu Gicht und Rheumatismus disponiert sind. Bei diesen Krankheiten spielt die Harnsäure eine sehr große Rolle, und unser Bestreben muß sein, dieselbe aus dem Körper auszuleiten. Für Nieren- und Blasenkranke ist ein Tee von Zinnkraut und Hagebutten von bester Wirkung.

(Kneipp-Blätter.)

Schlaflosigkeit.

Aus unsere Kinderkrankheiten von P. Moser.

Ein gesundes Kind muß von Geburt an viel, aber auch ruhig und sanft schlafen; je älter