

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 2 (1942)  
**Heft:** 6

**Artikel:** Teemischung und Kräuterweine  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-551271>

### **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:** 02.05.2026

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

zu bereiten. — Nun reisen wir in Gedanken von Virginien nach Südamerika, und zwar nach Brasilien oder Cayenne, oder sogar auf die Antillen. Dort finden wir die *Spigelia anthelmia*. Dies ist ein ganz vorzügliches Mittel bei Herzneuralgien und rheumatischen Herzaffektionen, besonders auch, wenn reißender Kopfschmerz und auch andere neuralgische Beschwerden als Begleitsymptome vorhanden sind. Dies ist ein sehr starkes Mittel und darf nur in homöopathischer Verdünnung verwendet werden. — Nun fahren wir nach Afrika und finden dort die Strophantuspflanze, deren reife Samen wiederum ein wirksames Herzmittel geben. Auch dies ist ein starkes Produkt, das ebenfalls nur in homöopathischer Verdünnung gegeben werden darf. Bei hochgradiger Herzerregung, starker Herzschwäche, Stauungen und Herzasthma, besonders mit viel Angstgefühlen, wirkt Strophantus in homöopathischer Verdünnung ganz ausgezeichnet. — Nun haben wir die Königin der Nacht, den *Cactus grandiflorus*, in Mexiko ganz vergessen. Wir können diese auch als Topfpflanze bei uns bewundern. Ihren Namen hat sie wegen der wunderbaren, nur während einigen Stunden einer Nacht geöffneten Blüte. Im Juli werden Stengel und Blüten dieser Kaktusart, einer Art Schlangenkaktus, zu einem Frischpflanzenextrakt verarbeitet. Dieses Mittel wirkt als Herztonikum sowohl bei Nerven- als auch funktionellen Störungen mit einem ziemlich umfassenden Wirkungskreis. Wenn bei geringer Anstrengung der Puls rasch und doch schwach und kaum fühlbar festgestellt wird, dann ist *Cactus grandiflorus* das richtige Mittel. Auch bei Herzasthma mit dem charakteristischen zusammenpressenden Gefühl wirkt dieses Mittel in Verbindung mit *Arnika* sehr zuverlässig. — Dann gehen wir weiter in den Fernen Osten, wo die großen Campherbäume gedeihen, aus deren Holz der *Cinnamomum camphora*, der echte Campher, hergestellt wird. In Verbindung mit den andern Herzmitteln ist auch dieses Produkt in kleiner Dosierung bei vieltausendfacher Verdünnung ein hervorragendes Herzmittel.

Anmerkung: Ein nach obigen Prinzipien zusammengestelltes Herztonikum wird im Laboratorium Bioforce in Teufen (App.) fabriziert und pro Flasche zum Preis von Fr. 4.80 geliefert.

Nun kommt ein anderes Produkt, das auf das Herz auch gut wirkt, keine Pflanze, sondern ein bekanntes Metall, das heute in der Welt viel umstritten ist und schon viel Fluch gespendet hat. Und doch kann es eine segensreiche Wirkung finden. Das ist das Gold. Gold in kleinen homöopathischen Dosen, also in Wasser gelöster Form, wirkt auf das Herz kräftigend und kann ihm die ursprüngliche Spannkraft wieder geben. Ist es nicht eigenartig, daß sogar Lebensüberdruß, Melancholie, Trübsinn und noch andere derartige Erscheinungen gerade mit Gold in homöopathischer Dosis bekämpft werden können? Es ist also besser man hängt das Gold an das Herz, als umgekehrt, das Herz an das Gold. — Nun kommen noch zwei Kalkmittel dazu, und das Herztonikum wäre fertig. Ein weiteres Mittel aus einer Stechpalmenart wird beigelegt, das ich aber als eine spezielle Entdeckung für mich behalten möchte. Wohlverstanden darf bei der Zusammenstellung eines solchen Herztonikums die Dosierung nicht außer acht gelassen werden, denn darauf kommt es schlußendlich an, ob die Wirkung harmonisch zusammen stimmt. Ein solches Herztonikum ist auch als Kräftigungs- und Stärkungsmittel ganz vorzüglich, und wer überarbeitet oder sonstwie übermüdet ist, wird mit einem solchen Herztonikum wieder neue Spannkraft erhalten.

### Teemischungen und Kräuterweine.

In alten Kräuterbüchern liest man viel von Teemischungen und Kräuterweinen, die zusammengestellt werden können, indem gemischte Tees in Wein angesetzt oder sogar in Frucht- oder Traubensaft oder sonst einer Nährflüssigkeit in Gärung versetzt werden müssen. Vielerorts ist es auch üblich, daß man die verschiedenen Tees, die man sammelt, einfach zusammenmischt und daraus nun ein heilwirkendes Tränklein brauen möchte.

Es ist falsch, wenn Teesorten gemischt werden, ohne daß in Betracht gezogen wird, daß sie auch zusammenpassen. Man kann nicht wahllos Kräuter zusammenmengen, denn die Wirkung des einen kann diejenige des

ändern wieder aufheben. Denken wir nur an abführende und stopfende Kräuter, an schweißtreibende und schweißhemmende, wie dies z. B. bei den Hollunderblüten der Fall ist als schweißtreibendes Kraut und bei Salbei als schweißhemmende Pflanze. Denken wir wieder an kühlende und wärmende Pflanzen, d. h. solche, die die Blutzirkulation anregen oder das Gegenteil bewirken, abgesehen von den stark spezifisch wirkenden Kräutern, wie wir sie in den Herzmitteln haben, wo die einen die Herztätigkeit anregen, den Puls beschleunigen und andere wieder verlangsamen. — Aus all diesen Erwägungen heraus ist es ersichtlich, daß es grundfalsch ist, wenn man wahllos Kräuter zusammenmengt und sie als Tee verwendet oder irgend einen Kräuterwein daraus herstellt. Bei einer Mischung von Kräutern darf keines gegen das andere wirken. Eines muß auf das andere aufbauen im Wirkungseffekt. Die Wirkung des einen muß diejenige des andern unterstützen oder ergänzen. Auf diese Weise erhält man eine komplexe Zusammenwirkung verschiedener Kräfte, die einer Teemischung, einem Kräuterwein oder einem Pflanzentonium den großen gesundheitlichen, eventuell sogar heilwirkenden Wert geben kann. Zur Veranschaulichung möchte ich nun die Zusammensetzung eines Kräuterweins bekannt geben und kurz besprechen.

Ein Kräuterwein soll normalerweise auf alle wichtigen Funktionen, vor allem auf diejenigen der Stoffwechselorgane, günstig wirken. Er soll den Appetit leicht fördern. Er muß die Drüsen mit innerer Sekretion anregen, was am besten erreicht werden kann durch Enzian und Wertmuth, wobei allerdings bei letzterem nur ganz kleine Mengen verwendet werden dürfen. Eine verfeinerte Wirkung in dieser Hinsicht hat auch das Millefolium, die Schafgarbe, welche, wie bereits schon besprochen, die Venen ganz vorzüglich beeinflusst und vor allem bei Krampfadern und Hämorrhoiden, sowie bei einer Neigung zu Venenentzündungen, mit großem Erfolg verwendet werden kann. Als zweites ist es bei einer Kräutermischung sehr wichtig, daß die Nierentätigkeit unterstützt und die Ausscheidung der harnsauren Salze ge-

fördert wird. Am besten erreicht man dies mit dem bereits schon besprochenen *Solidago virgaurea*, dem Frischpflanzenextrakt aus der Goldrute. Um auf das Blut günstig einzuwirken, um vor allem dem Körper Kalk und Phosphor in einer organisch gebundenen Form zu geben, nehmen wir am besten die *Urtica* (Brennnessel). Wenn wir von ihr den frischen Pflanzenextrakt verwenden, dann haben wir auch noch das so notwendige Vitamin D, welches für den Knochenbau und die Zähne von bekannt großer Wichtigkeit ist (das große Heilmittel gegen Rachitis). Um auch auf die Nerven eine stärkende und zugleich eine beruhigende Einwirkung zu erlangen, verwenden wir noch *Avena sativa*, den Saft aus dem frischen Hafer, als nutritives, d. h. nervenstärkendes Pflanzenprodukt, und zweitens *Melissa citri* (Zitronenmelisse), die einen beruhigenden Einfluß ausübt auf den Körper, sowie *Melissa monarda*, die Goldmelisse, die außer ihrer nervenberuhigenden Wirkung noch vorzüglich kräftigend auf Keimdrüsen und Ovarien wirkt. Um die Wirkung auf die Nerven noch zu verstärken, kann ein kleiner Zusatz eines Kola-Perkolates beigegeben werden. Wollen wir das Blut, vor allem die Bildung der roten Blutkörperchen, noch etwas unterstützen, so ist ein Extrakt aus der Chinarinde, ebenfalls in kleinen Mengen gegeben, empfehlenswert.

Auf diese Weise wird ein guter Kräuterwein zusammengesetzt, jedoch nicht aus getrockneten Pflanzen oder Auszügen, sondern, wo immer dies möglich ist, aus frischen Pflanzen, denn der Frischpflanzenextrakt allein besitzt noch die volle Vitalität. Sowohl die Vitamine, wie auch Fermente, Enzyme und andere wichtige bekannte und unbekannte Kräfte sind nur in der Frischpflanze und somit auch im Frischpflanzenextrakt enthalten. Allerdings kommt es bei den Zusammenstellungen wesentlich auf die Dosierung der Pflanzen an, um ein harmonisches Produkt zu bekommen, und da ist neben der Kenntnis der physiologischen Werte der einzelnen Pflanzen noch viel Erfahrung notwendig, um etwas wirklich Wertvolles herauszubekommen. Ich muß deshalb sehr ab-raten, wenn Unerfahrene irgend etwas aus

einem alten Kräuterbuch zusammenbrauen, oder sonst aus einer unzuverlässigen Quelle etwas herausnehmen, denn man läuft Gefahr, sich viel mehr zu schaden als zu nützen. Diese Dinge muß man wirklich dem erfahrenen Fachmann und Herboristen überlassen. Wenn Sie jedoch einen Kräuterwein kaufen, der in der Zusammensetzung auf der Etikette angegeben ist, dann achten Sie darauf, daß neben den Kräuterextrakten nicht noch chemische Zusätze Verwendung finden, denn in vielen Präparaten werden die Kräuter meist nur als geschmackskorrigierende Zusätze gegeben, und der eigentliche Wirkungseffekt wird von den chemischen Stoffen erwartet. Ein Kräuterwein oder Pflanzentonikum muß wirklich aus Kräutern bestehen, denn nur dann kann das Produkt das bewirken, wozu wir es benötigen, nur dann kann es als Stärkung und Kräftigung des Körpers, als Anregung der Funktionen, zur Förderung der Ausscheidung und, im volkstümlichen Sinn gesprochen, als Blutreinigung dienen.

### Hefe und Hefeextrakte

Viele Menschen haben einen Schreck vor der Hefe, weil sie eben bekannt ist als Gärungserreger und demnach besonders von solchen, die unter Darmgärungen leiden, ängstlich gemieden wird. Es ist richtig, daß die Hefe, wenn wir sie in lebendigem Zustande einnehmen, oder wenn sie in einem nicht durchgebackenen Hefegebäck in den Körper gelangt, gewisse Störungen hervorrufen kann. Jedoch, nichtsdestoweniger ist die Hefe als Nahrungsmittel von großer Bedeutung, denn im Hefeextrakt wird ja nicht die lebendige Hefe verarbeitet, sondern das Zellplasma der Hefe, d. h. der Hefekörper.

Die Hefe ist ein mikroskopisch kleiner Pilz aus der Gattung der Ascomyceten, der, verdünnt, Zuckerlösungen vergärt unter Bildung von Kohlensäure und Alkohol. Wir kennen diese Hefe als Wein- oder Bierhefe und wissen, daß auf dem Boden der Weinfässer sich nach vollendeter Gärung ein hellbrauner Satz bildet, und das ist die abgelagerte Weinhefe. Wir kennen auch die mit ihr verwandte Bierhefe, die die sogenannte Malzwürze vergärt und sich dann unten und oben ablagert

als sogenannte unter- und obergärende Hefe. Für die Herstellung von Hefeextrakten wird vorwiegend die untergärende Hefe verwendet, da sie gehaltvoller ist. Bevor die Hefe ihre Tätigkeit im Gärbottich der Bierbrauerei versieht, wird sie gezüchtet als Reinkulturhefe, und auch diese wird zu Nährhefe verarbeitet, kommt aber natürlich viel teurer als die Bierhefe, die eigentlich als Nebenprodukt der Bierbrauerei abfällt. Wie die großen Pilze, die im Walde wachsen, so enthält auch der mikroskopisch kleine Hefepilz ein pflanzliches Eiweiß in ziemlich konzentrierter Form, und zwar als Rohprotein bis zu 60 Prozent ihrer Trockensubstanz. 1 kg Nährhefe ist in Bezug auf den Eiweißgehalt zirka 2,5 bis 3 kg Rindfleisch gleichzusetzen. Dies ist ein sehr vorzügliches Eiweiß, das der Körper sehr gut aufnimmt. Nebenbei enthält die Hefe 25—30 Prozent Kohlehydrate und 1 Prozent Lezithin, welches als Nährstoff für die Nerven eine ganz bedeutende Rolle spielt. Der Gehalt an Mineralstoffen ist ebenfalls groß und macht 6—8 Prozent aus, wobei zirka 30—40 Prozent phosphorsaure Salze gefunden werden können. Diese phosphorsuren Salze wirken wiederum sehr gut auf das Nervensystem und zur Bildung von Zähnen und Knochen. Das wichtigste bei der Hefe ist allerdings der hohe Gehalt an Vitaminen. Der Hefeextrakt, wie auch die Trockenhefe, enthalten nicht nur eine Art von Vitaminen, sondern so ziemlich alle bis jetzt bekannten Vitaminarten. Wir finden darin sowohl das fettlösliche Vitamin A., das sogenannte anti-xerophthalmische Vitamin, denn auch das wasserlösliche Vitamin B, und zwar den ganzen Komplex von B<sup>1</sup>—B<sup>5</sup>. Es gibt kein zweites Produkt, das bis jetzt bekannt ist, das diesen Vitaminkomplex der B-Klasse so konzentriert enthält, wie Hefeextrakt. Wir wissen ja, daß das Fehlen des Vitamin-B-Komplexes fürchterliche Krankheitserscheinungen auslöst. Störungen des Gesamtstoffwechsels, Kräftezerfall, der bis zu Lähmungen und Krämpfen führen kann, Störungen der innern Sekretion, Herzstörungen infolge anormaler Funktion der Schilddrüse und der Nebennierenrinde, Wachstumsstillstand, Haut- und Schleimhautentzündungen, Verhornung und Verdickung