

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

**Artikel:** Herzleiden  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-551179>

### **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>**

# Gesundheits-Nachrichten

## für Sie und Ihre Familie

Vierteljährlicher Berater für natürliche Ernährung, Körperpflege, Erziehung und biologischen Landbau

Redaktion u. Verlag: A. Vogel, Kur- u. Kinderheim, Teufen. Druck: Buchdruckerei „Säntis“ Teufen  
Abonnementspreis für 2 Jahre Fr. 1.—  
einzuzahlen an Verlag „Das Neue Leben“, A. Vogel, Teufen Postcheck IX/6793

### Herzleiden.

»Bewahre dein Herz mehr denn alles, denn von ihm sind die Ausgänge des Lebens.« Ob schon der Bibelschreiber mit diesem Text nicht das buchstäbliche Herz gemeint hat, so ist dieses doch ein wichtiges Organ, dem unbedingt eine vermehrte Aufmerksamkeit geschenkt werden sollte. Ohne daß wir etwas dazu beitragen müssen, schlägt das Herz geduldig vom ersten Lebenstag bis zum letzten und bewältigt somit eine enorme Pumparbeit, die als maschinelle Leistung wirklich zu bestaunen ist, besonders wenn wir bedenken, daß es nie ruhen kann und unaufhaltsam Tag und Nacht tätig sein muß, wenn die Funktionen des Lebens aufrechterhalten werden sollen. Da das Herz nicht von sich aus arbeitet, sondern durch Drüsen dirigiert wird, die ihre Hormone und Fermente aussenden, um dem Herzen immer wieder den nötigen Ansporn zur Tätigkeit, d. h. die nötigen dynamischen Reizeffekte zuzuführen, ist es zur Pflege des Herzens notwendig, auch den Drüsen etwas vermehrte Beachtung zu schenken. Weiterhin ist das Herz abhängig von der Zusammensetzung des Blutes. In erster Linie ist für die Nährstoffe zu sorgen, was durch eine naturgemäße Ernährung erreicht werden kann. Zudem können Herzstörungen in Erscheinung treten als reflektorische, d. h. ausstrahlende Störungseffekte, vom Darm herkommend, indem eine schlechte Verdauung mit Bildung von Darmgasen und Gärungen das Herz wiederum stören kann. Dies ist sehr häufig die Grundursache von Herzstörungen, und mancher natürlich eingestellte Arzt wird seine Patientin, die sich als Herzkrankte meldet, nach Hause schicken mit dem Hinweis, sie möchte für eine gute Darm-

tätigkeit sorgen, sie solle langsam essen und gut kauen. Wenn die Gärungen, Darmgase und Fäulnisprozesse einmal ausgeschaltet sind, dann werden die Herzstörungen von selbst verschwinden.

Nichtsdestoweniger gibt es sehr gute Mittel und Anwendungen, die das Herz unterstützen. Man denke nur an die Kneipp- und Prießnitz-Methoden mit den Güssen, den Armbädern, den Wadenwickeln usw. Eine Ableitung auf die Haut zur Entlastung des Herzens hat immer sehr gute Wirkungen, und vor allem sind die Abreibungen oder Bürstenbäder zu empfehlen. Eine nachherige Einreibung mit einem guten lipoidhaltigen Salb- oder Hautfunktionsöl unterstützt die Wirkung noch ganz wesentlich.

Pflanzliche Heilmittel für das Herz gibt es etliche. Am besten ist es, wenn man zur allgemeinen Kräftigung verschiedene herzstärkende Mittel kombiniert, wie dies beim nachfolgend beschriebenen Herztonium der Fall ist.

Begleiten Sie mich nun auf einem Kräuterbummel, den ich vergangenes Jahr ausführte, um die notwendigen Pflanzen zu holen zur Herstellung eines vorzüglichen, natürlichen Kräftigungsmittels für das Herz. Zuerst ernten wir den blühenden Hafer, den ich hier auf eigenen Kulturen nach biologischen Grundlagen ziehe. Es wird die ganze Haferstaude mit der Sense gemäht, wohlverstanden, bevor sich harte Körner gebildet haben, also im blühenden Zustand. Dieser Hafer wird mit einer Schneidmaschine ganz fein geschnitten und nachher durch eine elektrische Zerkleinerungsmaschine gelassen, die den Hafer zu einer breiartigen Masse zermahlt, die dann zur Saftgewinnung in eine Presse

kommt. Dieser reine Saft aus dem blühenden Hafer ohne Zusatz nur eines Tropfen Wassers ist ein vorzügliches Stärkungsmittel für die Nerven, vor allem für die Herznerven, und ist bekannt unter dem Namen *Avena sativa*. — Nun besteigen wir den Zug und fahren von Teufen über Altstätten hinauf in den Kanton Graubünden und steigen in Filisur aus. Von dort aus wandern wir beim Bahnhof links hinauf gegen die Höhe, wo die Wiesen schön eingerahmt sind von Stauden aller Art. Wir finden da eine Menge Weißdorn. Die roten Beeren dieser Dornart werden gesammelt und nach Hause geschickt, wo sie zu frischem Extrakt verarbeitet werden, ohne daß bei der ganzen Arbeit irgend etwas erhitzt noch mit Chemikalien beeinflusst wird. Dieser Frischpflanzenextrakt aus den Weißdornbeeren, auf lateinisch *Crataegus oxyacantha*, ist wiederum ein vortreffliches Mittel für das Herz. *Crataegus* wirkt in erster Linie gegen die Herzmuskelschwäche, sogar bei geringer Oedembildung, vor allem auch wenn die Schwäche durch Arterienverkalkung oder erhöhten Blutdruck entstanden ist. Auch bei Verhärtung der Kranzarterien des Herzens wird dieses Mittel mit großem Erfolg gegeben. — Nun fahren wir nach einer reichlichen Ernte weiter hinauf, ins Engadin, nach Bevers, steigen dort Richtung Unterengadin um und sind bald in Ponte, am Fuß der Albulastraße. Wir wandern gegen den Albula hinauf. Wo die Straße beim Bach nach rechts abbiegt, gehen wir links in den Lärchen- und Arvenwald. Die Wiesen sind bräunlich, denn es ist Herbst. Da holen wir mit einem kleinen Pickelchen die Wurzeln der *Arnica montana*, der echten Bergarnika. Sie sind schwer zu erkennen, da auch die kleine Rosette fast verdorrt ist und nur noch die gelbgrünen Herzblättchen gefunden werden. In dem braunschwarzen, weichen Bergmoorboden zwischen Alpenrosen- und Heidelbeerstauden, zwischen verblühtem *Solidago* und verdorrt Digitalisstauden finden wir diese würzige Wurzel der Arnika. Lange, gelbliche, dünne Wurzeln, die sich nach allen Seiten im feinduftenden Waldboden verzweigen und sich

zu einer ziemlich kräftigen, halbzentimeterdicken Wurzel vereinigen, das ist, was wir benötigen. Es gibt noch andere Wurzeln, die ähnlich aussehen, doch der Kenner kann sie leicht unterscheiden, nicht nur an der Farbe, sondern an dem speziellen, vom Arnicin herührenden Geschmack. Nur im Herbst oder im Frühling darf diese Wurzel gesammelt werden, und dabei muß man noch aufpassen, daß man nicht alle wegnimmt, sondern nur zwischendurch davon erntet, um die Pflanzen auch örtlich nicht auszurotten. Die Wurzeln werden am selben Tage verpackt, wobei man sie unten und oben mit etwas feuchtem Moos belegt und nach Hause spedierte, wo sie sofort zu einem Frischpflanzenextrakt verarbeitet werden können. Hier haben wir nun in der Wirkung die Schwesterpflanze zu *Crataegus*, denn die Arnika wirkt ganz vorzüglich auf das Adernsystem, so daß Kapillar- und Venenstauungen, Wund- und Zerschlagenheitsschmerzen, Herzhypertrophie infolge venöser Stauung, Fettherz, Angina pectoris, sowie andere Störungen des Herzens oder des Adernsystems durch Arnika außerordentlich gut beeinflusst und eventuell sogar behoben werden können. Diese Wirkung hat nur die Wurzel, nicht etwa die Blüte, die für äußere Zwecke in Tinkturenform wieder sehr zu empfehlen ist.\*)

Nun müssen wir einen großen Flug unternehmen, um ein weiteres vorzügliches Herzmittel kennenzulernen, und zwar übers Meer nach Virginien. Dort wächst der virginische Wolfsfuß (*Lycopus virginicus*), ein gutes Mittel gegen Herzklopfen, Herzstiche, besonders bei Bewegung und rechter Seitenlage auftretend. Diese Pflanze, d. h. Extrakt daraus, wirkt auch gegen den bekannten zusammenschnürenden Herzschmerz. Auch gegen das Basedowherz mit großer Reizbarkeit und Schwäche ist dieses Mittel ganz ausgezeichnet. Zugleich wirkt es noch günstig auf die Leber, besonders bei Gelbsucht und Leberschwellung. Da es zu weit ist, dorthin zu reisen, läßt man diese Pflanze kommen, d. h. man ließ sie kommen, so lange dies noch möglich war, um daraus den Extrakt

\*) Arnika und *Crataegus* sind im Arteriokomplex enthalten, einem sehr wirksamen Mittelchen bei Arterienverkalkung.

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