

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 5 (1947-1948)
Heft: 12

Rubrik: Unsere Heilkräuter

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>

Notwendige Pflege nach Krebsoperationen

Es ist eigenartig, dass die Aerzte den Patienten nach erfolgter Krebsoperation keine Weisung geben, weder über die Ernährung, noch über irgendwelche andern Verhaltensmassregeln. Dies hat zur Folge, dass Patienten nach 3, 4 oder mehr Jahren einem neuen Ausbruch des Krebsleidens ausgesetzt sind.

Die wunderbare Operationstechnik, die verschiedene Chirurgen haben, ist wirklich an und für sich zu bewundern, trotzdem aber handelt es sich dabei nur um eine schwache, eine kurze Hilfe, denn sie bietet keine eigentliche Heilung und vermag das Erreichte nicht zu festigen. Darum wäre es doppelt nötig und angebracht, den Zustand des Patienten durch entsprechende Ernährungsanweisungen und durch unterstützende Mittel zu heben. Ebenso sollten alle Organe, die mangelnde Funktionen aufweisen, angeregt und geheilt werden. Auf diese Weise wäre die Möglichkeit geboten, den Patienten vor weitem Enttäuschungen, vor weiterer Ausbreitung der Krankheit so gut als möglich zu schützen. Da diesem wichtigen Umstand aber von ärztlicher Seite aus keine Beachtung geschenkt wird, sind leider Berichte, wie der nachfolgende, keine Seltenheit. Trostlos klingt die Lage, die Fr. S. aus Z. am 25. Oktober 1948 schildert.

«Ich bin im Dezember 57 Jahre alt. Vor 5½ Jahren wurde ich auf der rechten Seite operiert wegen Brustkrebs. Daraufhin ging es mir ganz ordentlich. Aber vor einem Jahr bekam ich Schmerzen im Beckenknochen auf der linken Seite, so dass mir das Laufen grosse Mühe machte. Der Schmerz war ischiasähnlich. Ich probierte alles mögliche und schleppte mich, so lange es ging, durch, bis es überhaupt nicht mehr ging. Dann ging ich in den Spital, wo ich ohne Aufstehen 9 Wochen lang lag. Man hat mich geröntget und festgestellt, dass es Knochenkrebs sei, die Fortsetzung vom Brustkrebs. Ich erhielt das Maximum an Röntgenbestrahlungen, im ganzen 30. Nach den Bestrahlungen fing man mit Perandreneinspritzungen an, von denen ich 40 bekam. Ich bin nun 6 Wochen wieder daheim, aber ich kann kaum laufen und nur unter qualvollen Schmerzen. Appetit, Stuhlgang und Aussehen sind tadellos. Ich habe auch eher zugenommen. Die Nerven sind auch gut, ich kann gut schlafen. Aber auf dem Röntgenbild konnte der Arzt auch ein Miom im Unterleib feststellen.»

Meine Antwort lautete: «Es ist schade, dass Sie mir nicht nach der Operation gleich berichtet haben, denn ich weiss, dass Krebsleiden eben im Blut liegen und nicht nur örtlich behandelt werden dürfen. Nach einer Operation sollte man wirklich mit den Mitteln einsetzen. Ich sende Ihnen Peta-sitis (Pestwurz), ein hervorragendes Mittel in solchen Fällen. Mit Chelidonium D 2, Podophyllum D 3 und Hydrastis canadensis D 2 hoffe ich noch einwirken zu können. Auch Calcium-Komplex müssen Sie einnehmen. Trinken Sie für die Nieren öfters Zinnkraut- und Schliessgraswurzeltee zu gleichen Teilen, und nehmen Sie Solidago (Gold-rute) dazu. Auch die Leber und Bauchspeicheldrüse arbeiten nicht gut. Essen Sie salzarm und meiden Sie Eier- und Käsespeisen, überhaupt alles tierische Eiweiss. Essen Sie ganz langsam mit gutem Einspeicheln. Auf die schmerzenden Stellen sollten sie ab und zu Lehmwickel machen und zwar bereiten Sie den Lehm mit Zinnkrauttee nebst einigen Tropfen Johannisöl. Es braucht viel, um diesen Zustand richtig bekämpfen zu können. Nach den Bestrahlungen haben wir mit unsern Mitteln nicht mehr den gleichen Erfolg. Ich werde mir aber Mühe geben, Ihnen so weit es möglich ist, noch zu helfen.» Leider sind, wie bereits erwähnt, solche Berichte keine Seltenheit. Schlimm ist, dass das Krebsleiden, das einige Jahre nach erfolgter Operation an anderer Stelle des Körpers wieder in Erscheinung treten kann, sich meist in viel bössartigerer Form auswirkt. Wie schmerzlich ist da der Hilferuf des Patienten. Wie

schwer ist es aber auch für uns, nur noch etwas flicken, etwas lindern, aber nicht mehr richtig helfen zu können. Es ist schade, dass die Schulmedizin auf diesem Gebiete noch nicht weiter vorgedrungen ist in der Erkenntnis betreffs der Grundursachen des Krebses, wie auch in der Erkenntnis über die Ernährungstherapie, die in keiner Weise berücksichtigt wird. Leider herrscht keine Einsicht darüber, dass die eiweissreiche Ernährung eine Rolle spielt und die Zelldegenerationserscheinungen mit einer Veränderung der biologischen Verhältnisse im Körper im Zusammenhange stehen, wobei die Ernährung überaus ausschlaggebend ist.

Es wäre wirklich an der Zeit, dass sich auch die Aerzte gegen diese wichtigen Darlegungen nicht mehr gleichgültig und abweisend einstellen würden. Wohl weise ich immer wieder auf die erwähnten Möglichkeiten, wie auch auf die Uebelstände hin, was ich damit aber erreichen kann, ist ein verschwindend kleiner Prozentsatz. Es wäre aber gewiss am Platz, dass von kompetenter Seite aus in dieser Sache etwas mehr getan würde.

Unsere Heilkräuter

Juniperus communis (Wacholder)

«Achtung, fertig los!» Schon geht es im Segelflug mit aufsteigenden und niedergehenden Winden auf und nieder, zwischen Tannen und Buchenstämmen vorbei, über das Unterholz schwebend, bis sie schliesslich mit einem letzten Hin- und Herschaukeln auf dem Waldboden landen, all die vielen Blätterkinder, die zuvor so fest an ihren Bäumen gehangen hatten. «So lustig ist es nur im Herbst, wenn wir alle vor der grossen Ruhe uns einmal lose im Winde wiegen und bewegen dürfen, um in schönem Segelflug auf dem Waldboden zu landen, wo wir mit unsern Geschwistern gemeinsam plaudern und gespannt auf den Flug der andern warten können, die noch an ihren Zweigen festhängen.» «Was sagt ihr da vom Festhängen?» mischt sich die kleine Meise entrüstet ins Gespräch ein. «Ja, im Frühling und Sommer kann man auf euch zählen, jetzt aber, im Spätherbst, wo ihr glaubt, uns das Fliegen nachmachen zu müssen, jetzt ist überhaupt kein Verlass mehr auf euch. Schon etliche Male wollte ich mich an einem grossen Ahornblatt halten, aber kaum berührt, liess es von seinem Zweige los, was ich natürlich nicht erwartet hatte, und wäre ich nicht äusserst flink und beweglich gewesen, um mich wieder in der Luft aufzufangen, ich wäre mit dem Blatt hinuntergeglitten und hätte mir reichlich Schaden zufügen können.» So erzählte die verwunderte Meise und mit ihr wunderten sich auch die vielen Blätter, die bereits den Waldboden bunt bemalten. «Schau die Buchenblätter dort drüben! Ganze Scharen wirbeln hoch gen Himmel! Man könnte glauben, es seien Zugvögel, die sich sammeln, die üben und sich zur grossen herbstlichen Reise bereit halten. Wie schön ist er doch, der Herbst mit seinen bunten Farben und seinem fröhlichen Treiben! Auch er hat seine speziellen Reize für alle Blätterkinder.» So stellten in lebhafter Begeisterung all die vielen Zuschauer herbstlicher Freuden fest. Aber die Stechpalmenblätter waren andrer Meinung, konnten doch gerade sie nicht teilnehmen an all den vielen Belustigungen, die der Herbst so reichlich darbot. Sie mussten festhalten und konnten auch nicht daran denken, sich zur Ruhe zu begeben, im Gegenteil, sie wussten, dass sie durchhalten mussten. Mochte der Winter noch so unwirtlich werden, sie mussten ihn ertragen und ihn durchkosten. «Ergeht es uns etwa besser?» brummelte beiläufig ein alter, stacheliger Wacholder. «Im Gegenteil, wir werden unser Leben lang stachlig bleiben, während ihr nach einigen Jahrzehnten eure Stacheln ablegen dürft. Im Alter habt ihr schön glatte Blätter und eure roten, helleuchtenden Beeren sind die Zierde des Waldes, besonders, wenn sie durch den Neuschnee schimmern.» «Ja, und uns zur Nahrung dienen, wenn sonst nichts Schmackhaftes mehr zu finden ist», fügte rasch die kleine Meise bei, die entgegen ihrer son-

stigen Gewohnheit einmal etwas ruhiger war und einmal etwas Zeit fand, um über mancherlei nachzudenken. «Wir wissen schon, dass wir nur schmackhaft für euch sind, wenn alles weit und breit unterm Schnee begraben liegt, so dass ihr keine eurer Leckerbissen mehr finden könnt. Dann erst, wenn die Kälte doppelt Hunger gibt, dann sind wir Stechpalmenbeeren recht für euch, während ihr uns vorher keines Blickes gewürdigt habt.» «Warum auch so beleidigt sein?» rügte lächelnd der alte Wacholder. «Hat bei uns Naturkindern nicht alles seine Zeit und seinen ganz bestimmten Sinn? Könnte nicht auch ich vieles beanstanden? Glaubt ihr, es sei mir angenehm, wenn die vielen Segler, die von den Buchen und dem Ahornbaum heruntergleiten, gerade auf meinem Nadelkleide landen, um da auf mir nun liegen zu bleiben, als ob sie bei mir zuhause wären? Aber welchen Zweck hätte es, wenn ich mich darüber aufregen wollte? Unser Gärtnerbursch, der Herbstwind lässt von Zeit zu Zeit seinen Blasbalg ja doch in Funktion treten und räumt dann mit der leichten Gesellschaft wieder auf. Könnte ich vielleicht nicht vor allem auch unzufrieden sein, dass ich volle drei Jahre arbeiten muss, bis meine Beeren endlich reif sind? Wenn ich im ersten Jahr blühe, dann habe ich im zweiten Jahre erst unscheinbar grüne Früchtchen, die man kaum gewahr wird. Erst im dritten Jahr reifen sie, und mögen sie auch noch so gehaltvoll sein, so erhalten sie doch nur eine schwarze Farbe. Aber was soll ich darüber klagen? Heisst es etwa umsonst: «Gut Ding will weile haben»? Hat nicht bei uns, wie ich bereits schon erwähnt habe, alles einen Zweck und tiefen Sinn? Hätten meine Beeren eine rot leuchtende Farbe und neben dem feinen Fruchtzucker einen weniger herben Geschmack, dann wäre meine Existenz und Fortpflanzung gefährdet, denn allzuvielen Abnehmer würden mich alsdann bedrängen.» Mit diesen tröstlichen Gedanken half sich der alte Wacholder über jeglichen Verdross hinweg. Seine redliche Bemühung, dankbar zu bleiben, unterstützte auch sein alter Freund, der Crataegus oxyantha, der schon jahrzehntlang in seiner Nähe am Waldrand stand. «Weisst du nicht mehr,» begann er zu erzählen, «wie vor vielen Jahren, im Spätherbst vom nahen Gebirge ein alter, mächtiger Adler dich besuchte, um sich an deinen Beeren gütlich zu tun? Die Ansicht war allgemein verbreitet, dass er nur deshalb bei voller Spannkraft so alt geworden sei. In deinen Früchten sollen Heilkräfte enthalten sein, die die Drüsen regenerieren und das Lebensalter mitbestimmen helfen. Meine roten Weissdornbeeren und auch die Stechpalmenbeeren hat der alte, stolze Herr der Lüfte nicht beachtet. Wie vermochte er uns doch allen mit seinem wuchtigen Schnabel, seinem scharfen Auge und dem kräftigen Flügelschlag Achtung einzuflöschen! Nein, ein solch Zielbewusster lässt sich nicht locken durch das schöne Leuchten unserer roten Beeren. Er weiss, was er will und was er nötig hat. Unser schönes Rot ist zwar nicht von ungefähr, denn sowohl meine Beeren, als auch diejenigen der Stechpalme wirken auf das Blut, das ja auch rot ist. Durch ihre Heilkraft erhält das Herz, das bekanntlich das grösste Blutgefäss ist, eine wundervolle Stärkung, was aber der stolze Herr der Lüfte nicht zu benötigen scheint, sonst hätte er gewiss auch uns einige Aufmerksamkeit gewidmet.»

«Wenn ihr so viel vom Wacholder erzählen wollt, dann müsst ihr aber auch erwähnen, dass seine Beeren im eigentlichen Sinne des Wortes keine Beeren sind, sondern die verdickten, fleischigen Fruchtblätter sollten als Früchte bezeichnet werden, wie es ja auch im Lateinischen in *Fructus juniperi* richtig zum Ausdruck kommt. Auch bei meinen Eibenbeeren ist es so.» So erklärte eifrig die Eibe, die mit ihrem zähen Holze und ihren immer grünen Nadeln mitten im Unterholz stand. «Recht magst du haben, aber wichtiger als alle Wortfechterei ist das Wissen über den Nutzen, der in uns wirksam ist. Weisst du vielleicht, dass die Früchte unsres Wacholders bis zu 2% ätherisches Oel enthalten, was eines der hauptsächlichsten Wirkstoffe ausmacht? Auch der Bitterstoff, Juniperin genannt, ist neben vielen andern wertvollen Bestandteilen in Erwägung zu ziehen.

Als harntreibendes, also so genanntes Diuretikum ist Wacholder seit Jahrhunderten berühmt. Man darf zwar allerdings nicht zu viel und zu lange davon einnehmen, um die Niere nicht zu reizen. Bei Nierenleiden ist unbedingt Vorsicht geboten. Wer an Gicht und Rheuma leidet, findet im Wacholder sowohl innerlich, als auch äusserlich, eine getreue Hilfe. Innerlich gebraucht man die Beeren und für wohltuende Bäder finden die Nadeln ihre Verwendung.

Wacholderbeersaft und Wacholdermalz sind besonders für schwächliche und tuberkulosegefährdete Kinder hervorragende Naturprodukte, die vorteilhaft mit biologischen Kalkpräparaten eingegeben werden.

Werdende Mütter müssen mit der Einnahme vorsichtig sein oder davon abstehe, da Wacholderprodukte Uteruskontraktionen erwirken, d. h. die Gebärmuttermuskulatur zusammenziehen können. Es besteht also die Gefahr, dass bei empfindlichen Frauen die Schwangerschaft dadurch gefährdet werden kann, da der Genuss von Wacholderprodukten abortiv zu wirken vermag.» So erzählen sich gegenseitig die Freunde des alten, stacheligen Wacholders, während seine Neider etwas ungerne zuhören.

«Wisst ihr noch viel, oder seid ihr bald zu Ende?» meinten sie daher etwas verbissen. «O ja, wir wissen sogar auch, warum man im Volksmund unsern Wacholder noch Reckholder oder Räuholder nennt! Wenn ihrs nicht selbst erraten könnt, was das bedeutet, dann wollen wir es euch gerne erzählen. Unser vielseitiger Wacholder wird auch zum Definzieren, d. h. zum Ausräuchern von Wohnungen und vor allem von Viehställen benützt. Das Räuchern hat also den Namen Räu- oder Reckholder eingetragen. Seid ihr nun zufrieden, oder wollt ihr auch noch wissen, was man im Mittelalter unserm guten Wacholder angedichtet hat? Ja hört nur, unsre Väter trieben es etwas toll, denn sie glaubten, der Wacholder könne sie vor Hexen, vor Dämonen und vor dem Teufel schützen. Davon will unser nüchterner Wacholder aber wirklich nichts wissen, denn wer von uns ist nicht überzeugt, dass ein gutes Gewissen und ein ehrliches Herz weit bessern Schutz gegen Bosheit sind, als alle abergläubischen Ansichten!»

Bei all diesen Betrachtungen verging der Tag. Die letzten Blätter fielen, leicht im Winde schaukelnd, zur Erde. Zarte, feine Fäden des herbstlichen Nebelschleiers schlängeln sich durch die grauen und rotbraunen Stämme des Waldes hindurch. Still neigte sich der Abend hernieder und müde verstummten die eifrigen Erzähler am Waldrand und im Bereich des Waldes. «Gell, ihr unterhaltet uns ein ander Mal wieder,» hat befriedigt die kleine Meise. «Im Sommer hab ich keine Zeit, zu lauschen, im Spätherbst aber hört sichs so traulich zu. Findet ihr nicht auch?»

Fragen und Antworten

Anfragen durch den Fragekasten sind für alle Abonnenten der «Gesundheits-Nachrichten» gratis. Für briefliche Rückantwort ist eine zwanziger Marke beizulegen. Anfragen sind direkt an A. Vogel, Teufen (Appenzell) zu richten.

Unterbinden

Wenn man hin und wieder unerfreuliche Berichte über die nachteiligen Folgen des Unterbindens erhält, dann muss man sich wirklich fragen, warum wohl die Chirurgen keine statistische Kontrolle durchführen, um feststellen zu können, ob der getätigte Eingriff sich günstig oder ungünstig auf das Leben einer Frau auszuwirken vermag. Es ist wunderbarlich, dass sich im Gegenteil die Schulmedizin wenig Rechenschaft ablegt über entstandene Schwierigkeiten, denn der Chirurg überlässt solche einfach dem Mediziner und kann dieser nicht helfen, dann sucht man eben noch den Naturarzt auf. — Nach meinem Dafürhalten ist es eine Verantwortungslosigkeit, wenn man Frauen in den dreissiger Jahren unterbindet, wenn schon sie gesund und kräftig sind, nur um eine Schwangerschaft verhindern zu können. Das Unterbinden, auch wenn es noch so geschickt ausgeführt wird, hat in der Regel eine sehr starke Störung in bezug auf die Funktion der innersekretorischen d. h. der endokrinen Drüsen zur Folge. Nachfolgender Bericht von