

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 7 (1949-1950)  
**Heft:** 11  
  
**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:** 24.02.2026

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



Es ist eine Folgeerscheinung, die leider nur zu oft beobachtet werden kann, dass eine kleine Ursache, die man mit natürlichen Mitteln leicht hätte beheben können, durch Fehldiagnose auf Fehldiagnose und durch dementsprechend falsche Behandlungen zum unüberbrückbaren Uebel werden kann. Statt gesund zu werden, musste sich die Patientin mit ihrem Lose, als Krüppel ihr Leben hilflos im Bett zu verbringen, abfinden. Hätte sie all die ange-dichteten Krankheiten gehabt, dann wäre sie nach all den verkehrten Anwendungen nicht noch so widerstandsfähig gewesen, hätte als Bettlägerige nicht so lange durchhalten und die Kriegszustände überleben können. Die Prozesse wären weiter geschritten und hätten sie von ihrem Leiden befreit. Dass sie aber durchhalten konnte, ist ein Beweis dafür, dass sie im Grunde genommen eine gesunde Konstitution hatte. Das leichte Exudat am Knie hätte bestimmt durch Lehmbehandlung und Kohlblätterauflagen mit einer biologischen Kalktherapie und andern innern Mitteln geheilt werden können. Im schlimmsten Fall hätte auch eine Reiztherapie, so beispielsweise eine Baunscheidt-Ableitung die heilende Regenerierung erwirkt.

Leider kommt es des öftern vor, dass eine anfänglich unbedeutende Krankheit durch falsche Behandlung zu einem schlimmen, schwer erträglichen Zustand führt.

Eigentliche Organkrankheiten sind auch heute bei der Patientin nicht festzustellen. Die Urin-Analyse zeigte nur, dass Leber und Niere nicht mehr gut arbeiten und somit eine Stoffwechselstörung vorhanden ist. Wohl wird man durch richtige Behandlung noch helfen, aber nicht mehr vollständig heilen können. Die Folgen falscher Behandlung können nicht ohne weiteres wieder behoben werden. Vor allem aber lässt sich eine Sympathektomie nicht mehr gut machen, denn ein zerschnittener Nerv, vor allem aber das Zerschneiden des Hauptnerven, des Sympathikus, kann mit keiner Hilfe des Körpers mehr voll ausgeglichen werden.

## Unsere Heilkräuter

### RADIX IMPERATORIA (Meisterwurz)

«Jetzt schaut euch doch einmal den schönen Herbsttag an! Unvergesslich sind solche Tage, wie sie uns der Herbst hervorzaubern kann! Bestimmt, auch der Frühling hat seine eigenen Reize, wenn sein zartes Grün nach des Winters Stille das Auge beglückt und es allenthalben in treibendem, überquellendem Eifer zu blühen beginnt. Gleichwohl aber geht mir nichts über die stille Abgeklärtheit eines schönen Herbsttages mit seiner bunten Farbenfreude. So wuchtig und abwechslungsreich wie der Herbst führt wohl keine andre Jahreszeit den Pinsel. Je nach dem Stand der Sonne leuchten seine Farben so eigenartig, dass die Augen darob beinahe zu schmerzen beginnen. Aber ich kann es doch nicht lassen, immer und immer wieder in den Farbenzauber hineinzuschauen, den selbst der Sommer mit seiner Blumenpracht nicht zu übertreffen vermag. Die verschiedensten Farbtöne wechseln miteinander ab und immer wieder ist der Herbst ein neues Erlebnis, mag es sich auch jährlich wiederholen, nie wird es mir je verleiden. Dass die Erde noch in solch buntem Zauber vor uns prangen darf, bevor der Winter sein weisses Kleid über sie ausbreitet, ist doch überaus erfreulich! «Nicht genug konnte die Meisterwurz den Herbst loben und rühmen, so dass die Engelwurz nur kopfschüttelnd darauf erwidern konnte: «Was bist du doch für eine Schwärmerin! Wenn wir beide nur auch so farbensprühend sein könnten, ich wäre wohl zufrieden und tauschte mein unscheinbares, einfaches Grün gerne mit leuchtenden Farben, um meinem Namen doch ein wenig mehr Ehre zu bereiten. Wenn ich als Engel- oder Angelicawurz so einfach dastehen muss, meine ich immer, es gehe mir etwas Bedeutsames ab.» «Warum auch?» eiferte die völlig neidlose Meisterwurz, «deshalb können wir auf unsre Art dennoch Wertvolles leisten. Warum willst du auch noch besondere Schönheit besitzen, genügt es denn nicht, dich am Schönen,

das dir entgegenlacht zu erfreuen?» «Aber so ist es doch im Grunde genommen gar nicht gemeint,» versicherte die Engelwurz, denn auch sie sah den Herbst gern mit seinem bunten Farbenspiel. Nur eben gerade an diesem schönen Herbsttag war sie versonnen, denn eine Erzählung der alten Eiche wollte ihr nicht aus dem Sinne gehen. «Wenn sie nur weiter erzählen würde,» so erwog sie in ihrem Sinn; «Ich könnte sie doch einmal fragen!» Nicht lange besann sich denn hierauf die mächtige, immer gütige Steineiche und alle, die mit ihr gemeinsam am Römerweg wohnten, lauschten gespannt ihren Worten. «Es war ein ebensolcher Herbsttag wie heute. Die Blätter begannen auf die soeben beendete Römerstrasse zu fallen. Steinplatte um Steinplatte hatten stämmige Männer herbeigeschafft, um den Weg zu bauen, der damals noch als Strasse bezeichnet werden konnte. Mühe und Schweiss kostete es die Söldner, die Plattenstrasse fertig zu erstellen, denn sie führte durch den weiten Wald, das Tal hinauf zu unserm Bergwald hinan. Eines Tages nach Fertigstellung herrschte besonders reges Leben bei uns, denn gross war die Zahl der Söldner, die an uns vorbei schritten. Auch Berittene waren dabei und die Mannigfaltigkeit der Uniformen liess uns staunen. Etwas Aussergewöhnliches mochte im Anzug sein und so war es auch, denn, begleitet von einer besondern Eskorte, erschien der Imperator, die höchste Persönlichkeit des damals mächtigen, römischen Reiches, in unserm alemannischen Hochwald, um sage und schreibe, ausgerechnet hier Halt zu machen, sein Zelt aufzuschlagen und einige Tage zu verweilen. In voller Farbenpracht prangte der Herbst, nur der Wind brauste mit kühlem Hauch mächtig rauschend durch die Bäume. Der stolze Herr des Südens war solche Unfreundlichkeit nicht gewohnt und trotz dem wärmenden Lagerfeuer und dem schützenden Mantel, den er auf sich trug, fror ihn ganz empfindlich. Fieber begannen ihn zu plagen, und sein Medicus versuchte alles, um Hals und Brust seines hohen Gebieters von Schleim zu reinigen. Alle seine Patentmedizinen aber blieben wirkungslos. Da half ein alter Bauer, der die Milch ins Lager brachte, aus der Not, denn er kannte eine hilfreiche Pflanze, die in germanischen Gauen, nicht aber im römischen oder griechischen Reich und daher auch in keinem ihrer Kräuterbücher zu finden war. Diese Pflanze aber war niemand anders als du, hochgewachsene Meisterwurz. Aber weder deine hohen Stengel mit samt den Blättern, noch auch deine weisse Blüten-dolde riet der alte Alemanne an zu zerschneiden und zu zerstoßen, sondern deine Wurzeln mussten zu diesem Zwecke ausgegraben werden. Mit doppelt so viel Bienenhonig zusammen zerstoßen, vermochten deine Säfte, was sonst keine andern zu stande brachten, nämlich den Schleim zu lösen und ihn aus Bronchien und Rachen herauszuschaffen. Dreimal täglich vor dem Essen genigte ein Teelöffelchen voll von dem erwählten, vorzüglichen Meisterwurz-honig und der Imperator war nach einigen Tagen wieder gesund und guter Dinge. Allerdings hatte der Bauer noch im besondern betont, müsse sich der hohe Herr bequemen, den Honig jeweils nur langsam unter gutem Einspeicheln im Munde zergehen zu lassen, um ihn alsdann ebenfalls langsam herunter zu schlucken. Etwas misstrauisch befolgte der Medicus den guten Rat, und bevor er seinem Herrn die Medizin darreichte, versuchte er, um sicher zu sein, an sich selbst, wie sie wirke und ob sie doch ja nicht schade, und siehe da, ein seit Wochen ertragenes, heimliches Weh im Magen fand dadurch unerwartet seine angenehme Linderung. Wohl schmeckte die Medizin etwas scharf, beinahe bissig, aber was tat dies zur Sache, förderte sie doch eine solch reichliche Menge Schleim aus Hals und Rachen, dass sein Herr nach einigen Tagen wieder frei von seinem Leiden war und zugleich war auch sein eigner Magen wieder gebühlich geheilt, was den damaligen Doktor der Wissenschaft hoch erfreute. Heute ist das anders, liebe Meisterwurz, denn heute anerkennt dich keine Aerzteschaft mehr und sogar unter dem Volke bist du so gut wie vergessen. Seit der damaligen Zeit aber nennt man dich Radix Imperatoria, weil du einem kaiserlichen Herrn hast helfen können. Von da mag es herrühren, dass du



auch heute noch in gewissen deutschen Gegenden Kaiserwurz heissest. Nicht nur der alte, römische Arzt hat dich zu schätzen gewusst, sondern mancher andere Meister alter Heilkunst hat den scharf würzigen Saft deiner Wurzeln bei mancherlei Gebrechen hilfreich angewendet, entweder als Tee, als Sirup oder auch in frischem Zustand. Auch Auflagen aus der fein geriebenen Wurzel wirkten Wunder und mancher Schwächliche, der den Anginagiften zum Opfer gefallen wäre, fand die notwendige Hilfe durch deine Medizin, zubereitet nach der Erfahrung alter Meister, weshalb du nicht zu Unrecht auch die Wurzel der Meister oder Meisterwurz genannt wirst.» «Ach, so deutest du meinen Namen?» meinte erstaunt die Meisterwurz. «Ich meinerseits glaubte immer, der Name verpflichtete mich dazu, das Leben mit seinen Schwierigkeiten zu meistern und auch ein Meister der Heilkunst zu sein mit Hilfe meiner Wurzelsäfte.» «Mag sein,» lächelte die betagte Eiche, «dass auch du recht haben magst. Auf alle Fälle wird dich deine Ansicht reichlich anspornen, deinem Namen die nötige Beachtung und Ehre zu schenken, denn was nützt schon ein Name, wenn wir ihn nicht durch eigene Leistung verdienen?» Mit schelmischen Lächeln nickte bei diesem Gedanken die Engelwurz, die sich anfangs beinahe unzufrieden in das Gespräch gemischt hatte. Warum mochte sie wohl Engelwurz heissen? Wieder hatte sie über ein neues Problem nachzusinnen, die alte Eiche aber fand, dass die Erzählung über die Meisterwurz für einmal genüge. Der empfangene Eindruck sollte nicht verwischt werden, denn sie wollten sich ja alle ihr gegenseitiges Leben mit seinen Vor- und Nachteilen gebührend einprägen. Die Meisterwurz, die nicht gewohnt war, dass man sie beachtete oder gar Rühmliches von ihr zu erzählen wusste, bedankte sich recht erfreut bei der alten Freundin. «Gut, dass du schon so betagt bist, denn wer von uns hätte aus alter Zeit erzählen können? Bestimmt gibt es aber auch heute noch Kranke, die froh um meine Säfte sind, meinst du nicht auch?» «Freilich,» bestätigte die Greisin und alle stimmten ihrer Meinung zu. Die Meisterwurz aber, erfreut darüber, dass sie auch heute noch Wirkungsmöglichkeit zum Wohle kranker Menschen besitze, nahm sich vor, sich weiter redlich zu mühen.

## 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.

### Der Wert regelmässiger Calcium-Einnahme

Nach dem Bericht von Fr. R. aus S. vom 8. August dieses Jahres ist ihr Mann der Meinung, regelmässige Kalkzufuhr könne gesunden Kindern schaden, da der Körper zuviel davon erhalte und die Knochen dadurch brüchig werden könnten. Die Frau nun ist anderer Meinung, denn sie hat durch die Einnahme von *biologischem Kalk* bei ihren beiden Knaben von 5 und 7 Jahren gute Beobachtungen feststellen können. Unter anderm erhielten sie selten mehr *Husten* und *Katarrh* und blieben auch von den *Masern* verschont, trotzdem sie mit den in der Nachbarschaft erkrankten Kindern zusammengekommen waren. Um den Konflikt, den diese Meinungsverschiedenheit immer wieder hervorzurufen vermag, beheben zu können, bittet die besorgte Mutter um eine entsprechende Stellungnahme, aus der ersichtlich ist, dass sie mit ihrer Fürsorglichkeit nicht im Irrtum ist. Diese Stellungnahme nun lautet wie folgt: «Als beweisführende Erklärung mag folgende Antwort dienen. Die Ansicht Ihres Mannes ist nicht ganz gerechtfertigt, denn sonst könnte man mit dem gleichen Recht auch behaupten, der Körper bekomme zuviel Eisen durch regelmässige Einnahme von Spinat, was zur Folge haben könnte, dass zuviel rote Blutkörperchen geschaffen würden und somit ein zu starker Blutverbrennungsprozess in Erscheinung treten könnte. Im gleichen Masse könnte man auch befürchten, dass zu reichlicher Hirsegenuss zuviel Kieselsäure schaffen würde. Ebenso müsste man sich vor den Orangen in acht nehmen wegen dem Vitamin D, das sie zu reich beschaffen könnten und der regelmässige Zitronensaft am Salat könnte die Zufuhr von Vitamin C zu gross werden lassen. Stets könnte man sich all diesen verschiedensten Gefahren ausgesetzt sehen, was indes nicht der Fall ist, denn durch alle vegetabilisch gebundenen, natürlichen Stoffe, wie sie in den Nahrungsmitteln und den ganz natürlichen Prä-

paraten aus der Pflanzenwelt gezogen werden, kann man niemals zuviel an Vitamine und Mineralbestandteilen einnehmen. Wenn der Körper genug davon hat, dann nimmt er einfach nichts weiteres mehr auf oder lagert das Zuviel an, um es im Bedarfsfall zu verwerten. Es mag nun auffallen, dass man wohl zuviel künstliche Vitamine einnehmen kann, niemals aber zuviel natürliche, weil alles Künstliche wohl ähnliche symptomatische Wirkungen, aber nicht die genau gleichen auf den Körper ausüben kann. Diese Tatsache nun hat Ihr Mann nicht auseinandergehalten und darauf ist Ihre gegenseitige Meinungsverschiedenheit zurückzuführen. Wäre nun unser Calcium-Komplex ein rein chemisches Produkt aus dem allopathischen Lager, dann dürfte Ihr Mann recht behalten. Da es sich hierbei aber um ein Präparat handelt, das aus Kalksubstanzen besteht, die aus Pflanzen gezogen worden sind, kann auch nie ein Zuviel in Frage kommen. — In der Regel haben die Menschen ja Mangel an biologischem Kalk und nehmen dann an seiner Stelle einfach einen anorganischen Kalk ein, der nun aber vom Körper nicht richtig aufgenommen und verbraucht werden kann und infolgedessen seine Nebenwirkungen und Nachteile hat. Bei einem biologischen Kalk, wie er im Calcium-Komplex vorhanden ist, da er vorwiegend aus Brennesseln gezogen wird, ist dies niemals der Fall. Es handelt sich nicht um einen quantitativ reichhaltigen, sondern um einen qualitativ hochwertigen Kalk. — Unser Körperhaushalt benötigt regelmässige Kalkzufuhr, denn wir dürfen nicht vergessen, dass der Aufbau von Knochen und Zähnen stets Kalk erfordern, ebenso braucht der Ersatz verbrauchter Zellen wiederum Kalk, der ganze Lebensvorgang benötigt täglich Kalksubstanzen, weshalb die Einnahme von Calcium-Komplex nichts anderes als die Deckung des normalen Verbrauchs und der notwendigen Aufbaustoffe für die Zellen bedeutet. Feinstofflich verriebener Kalk hat zudem die vorzügliche Eigenschaft, den Nahrungsmittelkalk anzuziehen und besser auswerten zu lassen. Es ist daher auch für den Gesunden von Vorteil, niemals aber nachteilig, wenn er auf die erwähnte Weise seinen Kalkbedarf deckt. Wer aber zu Infektionskrankheiten neigt, wer die Lunge und die Atmungsorgane im besonderen zu pflegen hat, so der Lymphatiker, der leicht Katarrhen unterlegen ist, sollte die notwendige Kalkzufuhr unbedingt beachten...»

### Einfache Hilfe für Notleidende

Sehr oft vergessen wir vom Kriege verschonten Schweizer, wie schwer es oft für die Kranken im Ausland ist, Hilfe für ihre Leiden zu beschaffen. Auch heute noch mangelt es an vielem, besonders aber auch an den nötigen finanziellen Mitteln. Leider kennen nun sehr oft gerade solch Notleidende die Fülle hilfreicher Kräfte, wie sie uns die Natur darzubieten vermag, nicht. Mitte April dieses Jahres verwies ich daher in dem Sinne einen Flüchtling in Deutschland, Herrn G. aus B., der mir seine Gebrechen schilderte, auf einfache, natürliche Mittel hin, die er sich mit Leichtigkeit selbst beschaffen konnte. Seine Atmungsorgane, Lunge und Bronchien, benötigten einer dringenden Kräftigung und so riet ich ihm denn, viel junge Brennesseln einzunehmen. Diese konnte er, ganz fein gewiegt, unter den Löwenzahnsalat mengen. Ebenso konnte er diese jungen Brennesseln mit zerkleinerten, zerstoßenen Eierschalen zu einem grünlichen Pulver verreiben, um hiervon regelmässig einzunehmen. Diese einfachen Hilfsmittel können Wunder wirken. Aber auch das rohe Weisskraut und fein geraffelte rohe Mohrrüben wirken sehr gut. Vorzüglich ist es natürlich auch, wenn man sich den rohen Saft der Rüben (Carotten) beschaffen kann. Mit diesem Rat erinnerte ich den Kranken, einmal auf dieser Grundlage sein Glück zu versuchen, da er bestimmt mit Erfolg rechnen könne. Der Patient, der durch den Krieg, die Gefangenschaft und seine dadurch erworbene Krankheit völlig mittellos geworden war, befolgte meinen Rat gerne, in der Hauptsache die Brennesselkur, von der er am 20. Juni schrieb, er habe sie mit sehr gutem Erfolg durchgeführt. Ferner berichtete er:

«Ich habe seit dem 17. April 1950 3 kg an Gewicht zugenommen. Der Appetit ist besser und auch im ganzen fühle ich mich bedeutend wohler. Nun aber werden die Brennesseln von Tag zu Tag ungeniessbarer, und ich beabsichtige, sie zu sammeln, zu trocknen und dann zu zerreiben und will sie dann so laufend weiter in Pulverform einnehmen. Nur weiss ich nicht, ob sie in getrocknetem Zustand dieselbe Wirkung haben werden? — Nun habe ich noch eine Bitte, um Ihren werten Rat. Jetzt, da sich bei mir der Husten gelegt hat, habe ich im Halse ein komisches Gefühl und muss mich dauernd räuspern. Dann sondert sich ein glasiger Schleim ab, der wie Eiweiss aussieht. Ich war hier schon beim Hals- und Rachen-Arzt, der meinte, es könne an der Luft liegen, weil ich sie nicht ertrüge, da ich an der Ostsee aufgewachsen bin. Gurgeln mit Elmsal und Inhalieren mit Menthol hat nicht geholfen. Ich wäre Ihnen sehr dankbar, wenn Sie mir auch darüber einen Rat geben möchten.»