Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 8 (1951)

Heft: 2

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: 10.12.2025

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

die *Carotte* gut, wie auch *Löwenzahnsalat*, ferner die homöopathischen Mittel *Chelidonium D 2 (Schöllkraut)* und *Podophyllum D 3*, nebst dem eingedickten Carottensaft, dem *Biocarottin*.

Wer also zu Ekzem neigt, muss stets darauf achten, vorsichtig zu sein und seine sämtlichen Organe in Ordnung zu halten suchen, um seine Disposition im richtigen Sinn zu bekämpfen. Nur zu oft hört man klagen, dass gegen die Ekzeme nichts richtig helfen wolle oder doch immer nur vorübergehend. Ein solcher Bericht mag den peinlichen Zustand des Patienten etwas eingehender beleuchten. Frau R. aus P. schrieb am 20. 10. 50. wie folgt:

«Ich bin eine 34jährige Frau und habe 2 Kinder. Als halbjähriges Kind bekam ich Milchschorf und leide seither an Ekzem. Trotz den vielen Mitteln, die ich schon angewandt habe, brachte ich es nie ganz weg. Ich hatte es immer in den Knie- und Armgelenken. Mit 16 Jahren bekam ich es noch an den Händen durch eine Pelzinfektion, welche ich mir in der Schneiderinnenlehre zuzog. Dann verschwand es mit der Zeit in den Gelenken und blieb einzig auf dem rechten Handrücken zurück. Vor etwa 5 Wochen bekam ich es nun noch am Hals und am Gesicht, wo es schon wieder verschwunden ist, aber am Hals ist es sehr hartnäckig. Nun will ich hoffen, dass Sie auch für mich ein Mittel haben, dass es mir wieder einmal recht wohl wird ...»

Diese Patientin muss nun nebst der erwähnten Beeinflußung mit spezifischen Mitteln, wozu auch *Viola tricolor (Stiefmütterchen)*, vor allem ein hervorragendes Mittel gegen Milchschorf, zu zählen ist, kalkreiche Nahrung zu sich nehmen. Auf ihrem Tisch sollen also roher *Kabis*, rohes *Sauerkraut*, rohe *Carotten*, frischer *Rüeblisaft* nicht fehlen. Auch die bereits erwähnten Nahrungsmittel, die die Leberfunktion anzuregen vermögen, sollte man nicht ausser acht lassen. Die richtige Ernährung kann nebst den spezifischen Mitteln stets als Heilfaktor angesprochen werden, und man sollte auch bei allfälliger Ausheilung von einer naturreinen Ernährung überhaupt nicht mehr Abstand nehmen, da dies keineswegs zu unserm gesundheitlichen Vorteil dient.

Eine andere Patientin, Frau M. aus Z., die bereits den Sommer über nach den gegebenen Anweisungen lebte, konnte am 15. 11. 50. erfreulicherweise folgendes Resultat darüber berichten:

Ich habe im Sommer von Ihnen Medikamente bekommen zur Bekämpfung eines Ekzems. Ich habe dann alles angewandt und recht gute Resultate erzielt. In einigen Wochen habe ich alles weggehabt und wieder einen sehr schönen Hals, resp. Haut bekommen.»

Auch diese Patientin wird, um den Erfolg festigen zu können, die Anweisungen weiterhin vorsichtig beachten müssen. Mag solches auch als lästig erscheinen, so ist es doch bestimmt besser und erträglicher, als sich ständig mit einem unangenehmen Leiden herumplagen zu müssen.

UNSERE HEILKRÄUTER

RANUNCULUS FICARIA
FICARIA VERENA HUDSON
(Feigwurz oder Scharbockskraut)

«Wir stehen eigentlich schon schön im Frühjahr drin. Sieh, die Lawinen können die Menschen nicht mehr bedrohen, alle sind sie ins Tal gerutscht.» Befriedigt schaute das grünbetupfte Schneeglöckchen das schmale Hochtal hinan, das bis zum kleinen Bergsee steil abfiel, und in dem sich lauter Lawinenschnee angesammelt hatte. «Ja», lächelte die kleine Primula, «wenn ich komme und hinter mir her all die andern, dann hat der Frühling schon etwas geschafft, denn du bist ja die Erste in der Runde, die von uns Blumenkindern erwacht. Kaum hat die Frühlingssonne den Schnee weich gewärmt, so dass unter den Tannen ein freies Plätzchen erscheint, stehst auch schon du da und läutest beharrlich den Frühling ein.» «Ja, es ist wahr, ich bin die Erste von euch allen, aber ihr macht euch keinen Begriff, wie sehr ich mich freue, wenn mit der steigenden Kraft der Sonne eins nach dem andern von euch aus dem Boden hervorkommt. Wenn uns aber unsere Feigwurz ihr goldenes Gesichtchen entgegenstreckt, dann mag der Schnee nicht mehr Herr werden.» «Nein, dann flieht er, und die jungen Burschen, die dort drüben auf ihren schwarzen Brettchen flink und geschickt Aeste und Bäume umfahren, die die Schneemassen herunter geführt haben, können nicht mehr zu uns herangleiten, um dich und mich zu holen und hinwegzutragen. Früher brachten die Menschen ihre Unruhe höchstens an einem schönen Sonntag zu uns hinauf, aber heute haben sie es auf unsere stillen Täler abgesehen, und wir sind nicht mehr sicher vor ihnen.» Die kleine Schlüsselblume freute sich ihres Lebens, und es war ihr arg, denken zu müssen, man könne sie holen. «Da geht es mir besser als euch beiden,» stellte die Feigwurz zufrieden fest. «Wenn ich mir schon alle Mühe gebe, um meiner Freude durch vermehrten Glanz und durch leuchtenden Schimmer Ausdruck zu verleihen, ich bin und bleibe unscheinbar und unbeachtet unter den Menschen.» «Da hör einer an, welcher Kleinmut dich beseelt,» begehrte das Schneeglöckchen ziemlich energisch auf. «Wozu sind wir zwei denn nütze, wenn uns die Menschen nur zur vorübergehenden Freude pflücken, um uns nachher verdorren zu lassen? Weisst du denn nicht, warum man dich Feigwurz nennt? Nun, weil du die *Feigwarzen vertreibst!* Man zerquetscht deine Blätter und Wurzeln und legt sie auf die Warzen.» «Ja,» bestätigte ein junges Schlüsselblümchen, das sein Köpfchen soeben aus den Herzblättchen herausgerollt hatte, «das ist so und ganz besonders stimmt dies, wenn man die Warzen zuerst mit *Schöllkrautsaft betupt* hat. Nicht ohne Grund nennt man dich sogar auch Chelidonii minoris, was kleines Schöllkraut heisst. Wenn du aber glaubst, du seiest nicht begehrt, dann lass dich einmal daran erinnern, dass doch jedes Jahr ein Bub vom Seehofbauern zu uns herüber kommt, um deine zarten Blättchen zu holen, damit sie den vielen kleinen Mäulchen der Seehöfler als *vitaminreichen Salat* dienen. So begehrt sind wir alle zusammen nicht! Du hast ja noch einen zweiten Namen, der dies erklärt, denn in der Schule lernen die Kinder, dass du auch noch Scharbockskraut heissest. Es scheint aber, dass kein Lehrer weiss, was dies zu bedeuten hat. Sie erzählen den Kindern überhaupt selten, wozu wir Pflanzen nützlich sind. Das gehört zu den alten Ammenfabeln, und wenn es der Seehofbauer weiss, so scheint dies zu genügen. Aber manchem bleichen Stadtkind würden deine Blättchen gut tun, denn Scharbock bedeutet *Skorbut*, bezeichnet also jene Krankheit, die bei *Vitaminmangel* entsteht, und die durch den Genuss deiner Blätter geheilt werden kann. Dass deine Blätter essbar und zudem noch heilwirkend sind, wissen vielleicht noch ein paar alte Mütterchen und hie und da erwähnt es auch ein geschicktes Kräuterbuch. Auch die Suche nach dem Vitaminreichtum unsrer Pflanzen mag dich in Zukunft da und dort bekannter machen. Du gehörst nämlich in die Familie der Hahnenfussarten, daher auch dein lateinischer Name Ranunculus ficaria. Die meisten deiner Verwandten sind bekanntlich giftig. So machst du denn eine rühmliche Ausnahme, dass du sogar essbar bist. Aber auch dein Glanz ist nicht vergebens, denn mancher beachtet ihn, weshalb du vielerorts ja auch als Sonnen- oder Sternenblümchen bekannt bist.

Eine ganz interessante Fabel erzählt man sich noch von dir. Als einmal ein starker Platzregen die Erde tüchtig aufgewühlt hatte, so dass allenthalben deine Wurzelknöllchen wie grosse Getreidekörner herumlagen, da behauptete man, es habe Getreide geregnet!» Die kleine Schlüsselblume beendete ihren Bericht, und das Schneeglöckchen fand anerkennend: «Du scheinst den rechten Namen zu haben, denn du kannst allerlei Wissensgut erschliessen!» Inzwischen war ein lockiger Jüngling, der auf seinen Brettchen den letzten Lawinenschnee hinuntergeglitten war, bis zu den Blumen herangekommen. Unbekümmert um ihre Meinung bückte er sich erfreut zu dem schillernden Sonnenblümchen, knickte es, steckte es in das Knopfloch seines

Rockes und verschwand damit für immer. «So mag es uns allen ergehen,» jammerte die kleine Schlüsselblume, «keines ist sicher, wann es geholt wird!» «Lass es gut sein,» tröstete das Schneeglöckchen, «damit müssen wir uns abfinden. Ob wir hier unbeachtet verwelken oder zur besondern Freude dienen, spielt keine Rolle, wenn wir nur blühen dürfen. Wenn wir zudem noch nützlich sein können, dann haben wir viel gewonnen. Morgen aber, wenn die Sonne wieder scheint, wird unsre Feigwurz sicher mit einer neuen Blüte prangen. So ist es nun einmal bei uns. Wir lassen uns nicht entmutigen, sondern blühen.»

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.

Ausdauer bringt Erfolg
Zuckerkrankheit, Nieren- und Leberstörungen

Wie schon oft erwähnt, ist es notwendig, sowohl betreffs Ernährung, betreffs Einnahme spezifischer Mittel, wie auch betreffs der verordneten Behandlungen stets *beharrliche Ausdauer* an den Tag zu legen. So ausdauernd wie man in seinen Gewohnheiten ist, so ausdauernd sollte man sein, wenn es um die Erlangung, die Festigung und Erhaltung der Gesundheit geht, denn Gesundheit bürgt für Leistungsfähigkeit und diese wiederum schafft Befriedigung und innere Sicherheit, so dass allfällige Schwankungen des Gemütes dadurch vielfach erfolgreich behoben werden können. Wie es einer Patientin erging, die sich in der Hinsicht richtig einstellte, möchte nachfolgender Bericht schildern. Fräulein R. aus B. schrieb am 10. Oktober 1950 über ihr Ergehen zusammenfassend:

Nachdem meine Mutter bis jetzt immer mit Ihnen korrespondierte, möchte ich Ihnen nun einmal persönlich schreiben und Ihnen vor allem für Ihre Hilfe danken. Noch vor 6 Wochen ging es mir sehr schlecht und zwar nicht nur körperlich, sondern auch seelisch. Seit der letzten Harnanalyse von Ende August habe ich Ihre Mittel mit grösster Regelmässigkeit eingenommen, worauf sich mein Gesundheitszustand ziemlich rasch gebessert hat. Der Zucker ist inzwischen von 8,3 auf 2 % zurückgegangen. Dieser Fortschritt, den ich der Befolgung Ihrer Ratschläge verdanke, hat mich herzlich gefreut.»

Die Patientin befolgte folgende Anordnungen. Zur Anregung der Bauchspeicheldrüse, der Leber- und Nierentätigkeit wurden spezifische Mittel eingesetzt wie: *Tormentilla, Cardamine prat., Molkenkonzentrat* und ein spezifisches *Komplex-Mittel für Diabetiker, Solidago* und *Nierentee, Podophyllum D 3, Chelidonium D 2* und *Psyllium.* Die Ernährung war folgende: Viel *Rohkost,* rohe Salate, wie *Wiesenkleesalat,* geraffelte *Rüebli,* fein geschnittene *Brennesseln,* rohe *Zwiebeln,* roher *Randensalat,* nebst viel *Gemüse.* Dagegen mussten *stärke- und eiweisshaltige Nahrungsmittel gemieden* werden, wie auch scharfe Gewürze, also *salzarme Kost* beachtet werden. Auch Früchte, *Trauben, Bananen* und andere mehr, wurden empfohlen. Niemals aber sollten Früchte mit Gemüse zur gleichen Mahlzeit gegeben werden. Brot durfte nur wenig genommen werden, am besten das *Knäckebrot.* Wenig und langsam essen, aber *gutes Durchspeicheln* und *gründliches Kauen* entlastet die Bauchspeicheldrüse und regt sie an. Ebenso sind warme Wasseranwendungen förderlich, wie *Bauchwickel,* heisse *Duschen* auf den Bauch in kreisförmiger Bewegung, wie der Uhrzeiger läuft und halbstündige *Sitzbäder* in Bluttemperatur unter stetem Nachschütten von warmem Wasser. Uebermässige Anstrengungen sind zu meiden, aber regelmässiges *Spazieren* mit *Tiefatmen* ist zu empfehlen.

Die Patientin berichtete weiter noch:

«Aceton ist «praktisch» nicht mehr vorhanden. Durst, Heisshunger und eine Müdigkeit, die mich direkt deprimierte, sind verschwunden. Ich fühle mich sehr wohl, ja, eigentlich gesund, arbeite und bin wieder frohen Mutes. Es braucht manchmal etwas lange, bis Berner in jemanden Vertrauen gefasst haben, aber dafür hält es dann an. Ich habe meine Lebensweise nach Ihrem Rat geändert, nehme Sitzbäder, mache Umschläge, turne morgens, wasche mich kalt ab, bürste mich nachher tüchtig und gehe dann zu Fuss ins Büro, viermal täglich macht dieser Marsch anderthalb Stunden aus.»

So schreibt unter anderm die Patientin und es ist erfreulich, dass sie auch fernerhin durchzuhalten gedenkt, denn mit der Diät hat sie sich abgefunden, wie auch mit der notwendigen Essenstechnik. Der sichtbare Erfolg mehrt ihre Zuversicht, und es ist bei der vollen Beachtung der Anordnung daher zu erwarten, dass auch die Bauchspeicheldrüse wieder gestärkt, ihren Dienst voll aufnehmen wird. Auch die *Periode,* die infolge einer zu anstrengenden Bergtour ausgeblieben ist und nun zugleich einen *Haarausfall* zur Folge hatte, kann durch Einwirkung auf die Eierstöcke mittelst der Wasseranwendungen, mittels spezifischer Mittel, vor allem auch durch den Genuss von *Weizenkeimen* wieder in Funktion treten. Dass durch Behebung dieser Störung zugleich auch der Haarausfall günstig beeinflusst werden kann, hängt von diesbezüglich eigenartigem Zusammenhang, der des öftern beobachtet werden kann, ab. Beachtet man all diese Faktoren, dann geht man in der Behandlung viel weniger fehl, als wenn man nur einseitig spezifisch einwirken würde. — Da die Patientin infolge der Krankenkasse der ärztlichen Untersuchung nicht entgehen kann, ist eine stete Kontrolle seitens des Arztes gegeben, und es wird auch ihn interessieren mögen, was den erfreulichen Erfolg zustande brachte, denn jeder Arzt, der aufrichtig um das Wohl seiner Patienten besorgt ist, kann natürliche Hilfeleistung bestimmt nur begrüssen.

AUS DEM LESERKREIS

Erfreuliche Ueberraschung

Schon öfters erhielten wir durch die vielen eingehenden Berichte dankbarer Patienten den Beweis, dass die *Wirkung der Naturmittel* sehr oft eine mehrseitige ist, also nicht spezifisch nur ein Leiden zu beeinflussen vermag. So sandte uns denn Frau M. aus W., eine getreue Leserin unsrer Nachrichten ein Zeugnis von Bekannten ein, das wie folgt lautete:

«Ein Bekannter, Abonnent der «Gesundheits-Nachrichten» nahm Solidago, weil er dachte, es könne ihm für den allgemeinen Gesundheitszustand helfen. Er war erstaunt, dass er dadurch von seinen heftigen Magenschmerzen befreit wurde, die jedenfalls von einem früheren Magengeschwür herrührten. — Er empfahl dann das Solidago einem andern Bekannten, der auch unter Magenschmerzen litt. Auch da war der Erfolg der gleiche. Möchten auch andere Leser der «Gesundheits-Nachrichten» aus dieser Erfahrung Nutzen ziehen.»

Dies ist der redliche Wunsch unsrer aufmerksamen Leserin. Solidago, die einfache Goldrute ist ja bereits schon gut bekannt als vorzügliches *Nierenmittel.* Nun soll sie also auch gegen Magenbeschwerden günstig wirken, was bestimmt der Beachtung wert ist.

Verlässliche Hilfe bei Venenentzündung

Eine Bestätigung, dass unsere *Venen* durch *Johanniskraut (Hypericum)* und andere günstige *Kräutersäfte,* nebst biologischem *Kalk* günstig beeinflusst werden können, gibt folgender Bericht. Frau M. aus H. schrieb am 8. Januar 1951:

«Im Oktober 1950 habe ich von Ihnen Hypericum- und Calciumkomplex, sowie gelben Lehm erhalten gegen Venenentzündung. Nun kann ich Ihnen die erfreuliche Mitteilung machen, dass mir alles sehr gut geholfen hat, so dass ich nur noch hie und da Schmerzen habe und glaube, dass auch diese noch verschwinden werden. — Ich möchte Ihnen also vielmals danken und werde sie weiter empfehlen.»

In verhältnismässig kurzer Zeit haben die Mittel nebst den Lehmwickeln also den gewünschten Erfolg erzielt. So lange sich noch hie und da Schmerzen melden, wird es gut sein, bis zu deren völligem Verschwinden regelmässig die unterstützenden Mittel weiter einzunehmen, doch so, dass man das Quantum nach und nach reduziert.

Günstige Beeinflussung der Geburt, trotz schwerer Schwangerschaft

Da bei *Schwangerschaft und Geburt* die Pflege der *Venen* eine grosse Rolle spielt, ist es nicht verwunderlich, dass die obgenannten Mittel ihre günstige Wirkung auch in solchem Falle ausüben. So berichtete Frau B. aus A. am 18. 12. 50. wie folgt:

«Die Geburt ging wunderbar gut und rasch vorbei. Die Hebamme konnte es kaum glauben, da sie mir nach einer so schlechten Schwangerschaft, in der ich nun sechseinhalb Mo-