Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 8 (1951)

Heft: 3

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

UNSERE HEILKRÄUTER

SCILLA MARITIMA *(echte Meerzwiebel)*
ORNITHOGALUM SCILLOIDES *(Meerzwiebel der Landleute)*

«Wie es doch draussen wieder einmal schneit! Alle Waldbäume sind mit Schnee neubedeckt, als wären sie mit weissem Zucker bepudert. Schon stehen wir unmittelbar vor dem Frühling; schon haben die Vögel zu singen begonnen und nun wieder dieser Rückschlag! Schön sieht das Winterbild allerdings aus, wenn nur die Kälte nicht wäre!» So jammerte die dicke, feste Meerzwiebel, die ihre kleinen Kinder eng an sich schmiegte und in dem alten Topf am Fenster ihr stilles Dasein führte. Still und unscheinbar war sie selbst ja allerdings auch mit ihren hellgrünen, fleischigen Blättern, aus denen selten nur ein langer Blütenstiel mit bescheidener, grünlich-weisser Blütentraube emporwuchs. Ja, betreffs Schönheit durfte sie sich allerdings nicht mit der reichblühenden roten Zyklame vergleichen, die man aus dem Treibhaus geholt und ausgerechnet neben sie hingestellt hatte. Diese aber kümmerte sich nicht um die Nöte ihrer Nachbarin. Sie empfand auch die Kälte nicht, denn sie war froh um den schönen Ausblick, den sie am Fenster genoss. Im Treibhaus konnte sie nicht in den Wald hineinblicken und das Treiben der Vögel betrachten, die in leichtem, munterm Flug zum Futterhäuschen kamen, um sich ihre Nahrung zu holen, war doch der Boden seit gestern wieder mit reichlich Schnee bedeckt. «Kein Wunder, dass die nicht frieren,» meinte die zufriedene Zyklame, «wenn wir uns so emsig bewegen könnten wie die flinken Meisen, so würden auch wir keine Kälte empfinden.» «Ja, die haben es gut,» bestätigte die Zwiebel in ihrem Topf, die allgemein als Heilzwiebel bekannt war. «Wir müssen immer stille stehen und bleiben, wo man uns hinstellt, während das leichte Federvolk herumschwirrt, als ob es was gestohlen hätte.» Kopfschüttelnd lachte die Zyklame: «Du scheinst ihnen nicht gewogen zu sein? Warum auch nicht? Ich finde es zu drollig, wie sie sich hin und her bewegen, als wären sie ständig auf der Flucht. Nur rasch wird ein Körnchen geholt und husch, sind sie wieder fort.» «Ja, so sind die Meisen. Das ist eine unruhige Gesellschaft immer hin und her, auf und ab. Nicht einmal das Köpfchen kann ruhig sein, und wenn sie erst einen Sonnenblumenkern erwischt haben, dann klopfen sie so eifrig den Samen heraus, dass man glauben könnte, ein Specht hämmere weiter hinten im Wald. Da sind denn die Buchfinken doch bedeutend ruhiger. Sieh nur, da kommt gleich einer herangeflogen. Dick und behäbig sitzt er da auf dem Balkon des grössern Häuschens und füttert, als gehöre alles ihm alleine. Schau, niemanden lässt er zu, höchstens noch einen aus seiner Sippe. Darum war es gut, dass eines Tages noch das kleinere Häuschen dort beim Fensterbalken angebracht worden ist. Seither scheint es ein stillschweigendes Abkommen unter den Vögeln zu sein, dass sich die Meisen im kleinen Häuschen verköstigen, die Buchfinken aber an ihrem alten Standort bleiben.» «Ja, wirklich, es ist wahr, so halten sie auf Ordnung, diese gefiederten Freunde. Stundenlang könnte man dem lebhaften Treiben zusehen, ohne dabei müde zu werden. Reizend sind sie, wie kleine Flaumbündelchen, und man staunt, dass sie manchmal wie ein Pfeil in die Tiefe stossen, als hätte sie ein Ungemach betroffen. Aber immer wieder kommen sie wohlbehalten zu uns.» «Das ist es ja gerade,» erklärte die Heilzwiebel mit einem erneut leichten Unwillen in ihrer Stimme, «darum beneide ich sie ja, dass sie so leicht und weithin fliegen können, über Länder und Meere, bis hinein in meine frühere Heimat, wir aber müssen uns hier hinter dem Fenster gedulden, müssen uns sehnen oder aber vergessen, von woher wir gekommen sind.» Seufzend schaute die mütterliche Zwiebel den leichtbeschwingten Gästen vor ihrem Fenster zu. «Ach, du stammst nicht aus unsern Bergen? Wie kamst du denn zu uns, da du doch die Flügel bejammern musst, die dir fehlen?» Gespannt wartete die erlebnisfreudige Zyklame auf eine Antwort. Das war ja weit interessanter hier als bei ihresgleichen im Treibhaus. Hier konnte man mancherlei inne werden. «Was soll ich dir erzählen von meiner fernen Heimat? Du kennst sie ja nicht und wirst dir schwerlich ein Bild davon machen können, denn sie liegt weit entfernt von hier, da ich eigentlich im untersten Zipfel von Afrika, im Kap der guten Hoffnung zu Hause bin. Sind wir auch nicht schön, so haben wir doch die Tugend mit unserm wunderbar heilwirkenden, schleimigen Saft Wunden und Schürfungen rasch zu heilen. Kein Wunder, dass uns die Matrosen bei ihrem strengen Dienst auf den raschen Seglern stets gut gebrauchen konnten und manch einer hat uns auf seine Fahrten mitgenommen und uns in seiner Kajüte gut gepflegt, weil wir ihm in seinen Nöten unserseits wiederum helfen konnten. Auf diese Weise nun kamen wir ohne jegliche Flügel auf dem Wasserweg in die Fremde. Erst waren wir nur bei Seemannsfamilien an der Küste heimisch, dann aber wanderten wir als gute Heilzwiebeln bekannt, weiter ins Land hinein, denn jeder ist froh, wenn er seine Schmerzen ohne Nachteile rasch wieder lindern und loswerden kann. Wenn man unsre Blätter quetscht und auf *Geschwüre* legt, verlieren diese in der Regel rasch den Brand und heilen. Das ist ja auch der Grund, warum man uns vielerorts Heilzwiebeln nennt, denn eigentlich gleichen wir nur den echten Meerzwiebeln, sind aber keine solchen. Wir sind streng genommen nur die Meerzwiebeln der Landleute und heissen auf Lateinisch Ornithogalum scilloides, während die echten Meerzwiebeln als Scilla maritima bekannt sind und am Mittelmeer, vor allem in Spanien, Sizilien und in Kleinasien zu Hause sind. Ihre Blüten, die den unsern gleichen, sind oft weiss, dann wieder blassrötlich, ja, sogar dunkelrot. Erst, wenn sie mitsamt dem Stengel verwelkt sind, erscheinen die Blätter.» «Werden diese auch wie die deinen zur *Wundbehandlung* verwendet?» erkundigte sich der Cactus grandiflorus, der seinen Standort ebenfalls beim Fenster hatte und förmlich aufwachte, als vom warmen Süden die Rede war, wurde doch auch er dadurch an heimatliche Gestade erinnert. «Nein,» lautete die Antwort der Heilzwiebel. «Nur meine Blätter besitzen diese Fähigkeit. Sie können beispielsweise auch *Kaktusdörnchen* und andere *Fremdkörper, die sich leicht unter die Haut ins Fleisch verlieren können, wieder herausbefördern,* was besonders heute zweckdienlich ist, wo so rasch zum Messer gegriffen wird. Manch Unheil kann dadurch verhindert werden. So vermag ich ferner auch *Giftstoffe zu sammeln,* und es ist nicht verwunderlich, wenn ich veranlasse, dass sie als Eiter ausgestossen werden. Diesen Vorzug nun besitzt meine ferne Freundin an den sandigen Ufern des Meergestades nicht, dafür aber hat sie wieder andere Vorzüge. So wirken ihre Säfte auf das *Herz* und die *Nieren.* Es ist bekannt, dass Scillatropfen das Herz und die Nierentätigkeit anregen, weshalb sie bei *Wassersucht* als grosse Hilfe anzusprechen sind. Man darf allerdings nicht zuviel davon nehmen, da sie sonst die Herzmuskeln zu stark forcieren, aber alles Zuviel ist ja bekanntlich schädlich.» «Eigenartig, wie jedes von uns seine Aufgabe an den Menschen zu erfüllen hat, ob sie uns dafür Dank zollen oder nicht. Mich wenigstens haben sie nicht allzuliebenswürdig behandelt, wiewohl ich ihnen einen ganzen Sommer meine schönsten Blüten schenkte.» Leicht erbittert betrachtete der alte Geranium seine blätterlosen Stumpen, die man ihm gelassen hatte, denn so war er doch zu nichts mehr nütze, und darum hatte er sich auch die ganze Zeit über geschämt und nicht gewagt, sich ins Gespräch zu mischen. Lächelnd beruhigte die Heilzwiebel ihren alten Kameraden. «Noch immer war das so. Jeden Winter hast du ruhen müssen, um im Frühling wieder neu zu treiben und deine Blütenpracht zu entfalten. Vergiss drum, wenn Menschenhände etwas Verkehrtes an dir verübt haben sollten, ist doch die Schöpferkraft wirkungsvoller. Sie vermag Wunden zu heilen und darüber wollen wir uns freuen.»

Zufrieden sahen die ungleichen Gefährten den Abend herannahen. Es hatte aufgehört zu schneien und der Nebel war gewichen: «Morgen werden wir einen schönen, sonnen-

klaren Tag erwarten dürfen. Seht nur, jetzt schon leuchten die letzten Sonnenstrahlen und bemalen die Berge mit rotem Schimmer. Wie schön und gross ist doch die Schöpfung, man sollte darob wirklich all seinen Kummer vergessen!» So schloss die Heilzwiebel ihre Betrachtung und die andern stimmten dankbar zu.

FRAGEN UND ANTWORTEN

Anfragen durch den Fragekasten sind für alle Abonnenten der „Gesundheits-Nachrichten" gratis. Für briefliche Rückantwort ist eine 20er-Marke beizulegen. Anfragen sind direkt an A. Vogel, Teufen (Appenzell) zu richten.

Rasche Hilfe bei Angina pectoris

Angina pectoris ist bekanntlich ein schweres Leiden, dem man normalerweise auch nicht mit Naturmitteln rasch beikommen kann. Um desto erfreuender ist es, wenn sich einmal ein Ausnahmefall zeigt, denn jeder Erfolg ermutigt, um die Behandlungsmethode noch intensiver zu beachten und auszubauen. Frau B. aus B., die durch Naturmittel und Ernährungsumstellung an sich gute Erfolge erzielt hatte, wandte sich am 27. November 1950 nun auch für ihren Mann, 54 Jahre alt, naturgemässer Heilweise zu. Dieser lag wegen Angina pectoris und Herzthrombosen schon 9 Wochen im Bett und der Arzt erlaubte ihm nicht aufzustehen. Vordem war er nie krank gewesen, da er eine gesunde Natur besitzt. Leider war er aber ein starker Raucher und hatte während des Krieges über seine Kräfte hinaus zu arbeiten, da er einen Posten versehen musste, der von ihm zu grosse Verantwortung erforderte. Der Blutdruck war während der Erkrankung von 250 auf 200—190 herabgesunken. Die Frau bat, doch alles daran zu setzen, um ihrem Mann wieder auf die Beine zu helfen, schrieb aber sehr vernünftig:

«Ich weiss, dass diese Krankheit nicht heilbar ist, aber es gibt doch sicher homöopathische und Naturmittel, um die Gefässe zu öffnen. Ich habe grosse Angst, wenn sich die Anfälle wiederholen sollten.»

Die entsprechende Antwort mit Anweisungen lautete folgendermassen: «Wir haben Ihren Bericht mit Interesse gelesen und den Urin genau untersucht und bedauern, dass Ihr Mann so schwer krank ist. Aber wir hoffen, dass wir mit naturgemässer Behandlung Erfolg haben werden. Wir schicken Ihnen nun zur Unterstützung folgende Mittel: *Arterio-Komplex, Natur-Traubenzucker, Herztonikum* und *Drüsensalbe.* — Ihr Mann soll darauf achten, dass er nicht zuviel Flüssigkeit zu sich nimmt. Hie und da sollte er etwas frischen *Traubensaft,* auch rohen *Rüeblisaft* trinken. Alle schwerverdaulichen Speisen, wie Fleisch, Käse, Eier, gekochte Kohlsorten u.s.w. sind zu meiden, statt dessen sollen mehr *Salate, Gemüse, Naturreis, Weizen* und *Buchweizen* genossen werden. — Sorgen Sie ferner dafür, dass Ihrem Manne alle *Sorgen* und *Aufregungen* ferngehalten werden. Eine schöne, harmonische Umgebung wird Ihrem Manne sehr viel nützen. Wir erwarten bald einen günstigen Bericht.» Dass dieser schon am 17. Dezember 1950 eintreffen würde, hätten wir allerdings nicht gedacht. Frau B. berichtete:

«Es drängt mich, Ihnen heute schon zu schreiben, wie Ihre Mittel bei meinem Mann Wunder gewirkt haben. Als ich Ihnen schrieb, lag mein Mann schon 9 Wochen im Bett. Genau mit 11 Wochen konnte er aufstehen. Am dritten Tag haben Ihre Mittel schon gewirkt. Er hatte, als ich Ihnen den Urin sandte, immer einmal alle Tage längere Zeit, dann wieder kurze Zeit den Druck auf der Brust. Durch diesen setzte dann immer der Puls von Zeit zu Zeit aus. Am dritten Tag der Mitteleinnahme war das aber verschwunden und ist jetzt nicht mehr erschienen. Die Drüsensalbe hat ganz tüchtig reagiert bis zum achten Tage, dann nicht mehr. Vom Tage an, an dem ich Ihre Mittel einsetzte, gab ich die Mittel vom Arzt nicht mehr. Mein Mann fühlt sich so wohl. Das Herz schlägt regelmässig. Der Arzt steht vor einem Wunder, aber ich habe heute noch nicht den Mut, ihm die Wahrheit zu sagen. Wenn er dann aber meinen Mann entlässt, werde ich es ihm sagen.»

In erster Linie mussten die *Adern* regeneriert und auf die endokrinen *Drüsen* eingewirkt werden. Das angewandte Drüsenmittel beeinflusste vor allem die Keimdrüsentätigkeit günstig. Durch die Regenerierung des Gefässsystems wurde das *Herz* stark entlastet, so dass ferner durch die Aktivisierung der endokrinen *Drüsen* der rasche Erfolg in Erscheinung treten konnte. Das Herztonikum stärkte seinerseits die *Herzmuskulatur* und die *Herznerven.* Der rasche Erfolg ist ein denkbar unerwarteter und daher doppelt erfreulich. Um ihn zu festigen muss sich der Patient noch einige Zeit schonen, denn es geht noch eine gewisse Zeit, bis sich alles ganz regeneriert hat. Wichtig ist, nichts zu forcieren und alle Punkte genau zu berücksichtigen, um jeglichen Rückschlag vermeiden zu können.

AUS DEM LESERKREIS

Vorzüge der Ponndorf-Behandlung

Im März 1949 schrieb Frau H. aus W. unter anderm wie folgt:

«Ihre «Gesundheits-Nachrichten» sind überaus interessant und für alle Volksschichten zugänglich. Die beiden Artikel über die Ponndorf-Behandlung haben mich sehr begeistert. Diese Behandlung ist das geeignete Mittel unsern Kindern die Abwehrkraft zu stärken ...»

Das Vertrauen, das die begeisterte Mutter in die erwähnte Behandlung gesetzt hatte, war nicht vergebens, denn Ende November 1950 schrieb sie über den Erfolg folgenden Bericht:

«Im Frühling 1949 wurden unsere 4 Kinder, damals im Alter von 3 bis 12 Jahren mit der Ponndorf-Anwendung behandelt. Allen 4 Kindern hat die Behandlung gut getan, vor allem aber dem jüngsten Buben. Er litt jeden Winter unter Bronchialkatarrh, der ganz plötzlich mit Fieber einsetzte. Nach dem Abklingen der Krankheit war sein Atem schwer, und ich befürchtete Asthma. Es gab Winter, in denen der Bub nur wenige Tage an die frische Luft gebracht werden konnte. Seit der Ponndorf-Anwendung hat sich sein Leiden nicht mehr wiederholt. Ich danke Ihnen für die guten Mittel. Genügt eine einmalige Behandlung oder soll sie nach Jahren wiederholt werden? ...»

Bis genügend Immunitätsstoffe vorhanden sind, ist es gut, die Ponndorf-Behandlung zweimal im Jahre durchzuführen. Obiger Bericht ist eine gute Bestätigung darüber, wie günstig sich die Ponndorf-Behandlung auszuwirken vermag durch *Schaffung von Immunitätsstoffen auf völlig natürlicher Basis.* Der Vorzug hievon ist Erfolg, ohne irgend welchen Nachteil hervorzurufen, wie dies bei chemischen Mitteln in der Regel der Fall ist. Die Ponndorf-Anwendung ist vielerorts auch bei den Aerzten bekannt und nicht selten greifen sie selbst zu dieser Behandlung zum Nutzen ihrer Patienten und als befriedigende Lösung für sich selbst.

Hilfe bei Haarausfall

Schon des öftern haben wir unsere Leser auf die verschiedenartigen Zusammenhänge von Funktionsstörungen aufmerksam gemacht. Nicht immer hängt eine Schädigung von der gleichen Ursache ab. So haben wir schon darauf hingewiesen, wie sehr sich oft eine *Drüsenfunktionsstörung,* vor allem der Eierstöcke, für die Haare ungünstig auszuwirken vermag. Ein weiterer Bericht vom Januar 1951 zeigt, dass auch ein spezieller *Kalkmangel* Ursache von grossem Haarausfall sein kann. Frau B. aus L. schrieb darüber Folgendes:

«Vorerst fühle ich mich verpflichtet, Ihnen meinen innigen Dank auszusprechen für Ihr Calcium-Komplex, welches mir meinen lang anhaltenden Haarausfall geheilt hat. Habe mit der Kur anfangs September begonnen und konnte nach 14 Tagen bereits feststellen, dass der Ausfall ein wenig nachgegeben hatte, was mich doppelt anspornte, mit der Behandlung weiter zu fahren. Nach und nach entdeckte ich überall jungen Nachwuchs der Haare, 4 cm lang. Jeden Tag, wenn ich mich kämme, freue ich mich über diesen Erfolg. Ich kann mich seither viel besser frisieren, indem die zuvor ewig fetten Haare ohne waschen immer luftig sind. Wünsche Ihnen weiterhin guten Erfolg in all Ihren Unternehmungen ...»

Ein noch so gutes Haarwasser hätte in dem Falle nicht helfen können, da die Ursache, der *Kalk- und Kieselsäuremangel* eben von innen heraus behoben werden musste. So sollte jede Pflege eine individuelle sein und die Gesunderhaltung des Organismus ist bestimmt vorteilhafter als die Anwendung mannigfacher, teurer Schönheitsmittel.

Einfache Behebung von Stauungen

Ende November 1950 bestellte Frau B. aus B. *Hypericum- und Calcium-Komplex* und schrieb dazu:

«Mit diesen zwei Mitteln sind meine Stauungen im Unterleib verschwunden. Die Periode kommt immer regelmässig. Darf