Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 8 (1951)

Heft: 7

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: 09.12.2025

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

Ist es nicht sonderbar, dass unsere gescheite Menschheit von der wilden Beschränktheit eines Tieres abstammen will? Wie gut hat doch jene kleine Sechsjährige geschlussfolgert, als man ihr diesen Werdegang der Dinge beibringen wollte. Voll Entrüstung stellte sie sich vor ihre Mutter hin, weil ihr ein andres Kind erzählt hatte, früher seien einmal alle Menschen Affen gewesen und sagte: «Gellt, das ist doch nicht wahr, dann wären ja auch im zoologischen Garten plötzlich einmal Menschen eingesperrt!» Ja, das Kind hatte recht, denn wenn eine solche Wandlung jemals stattgefunden hätte, müsste sie sich logischerweise auch heute noch wiederholen. Ebensogut argumentierte eine schlichte Frau, als ihr ein Student diese Weisheit als höchste Errungenschaft menschlicher Denkfähigkeit vor Augen führen wollte. Sie fragte ihn ganz einfach nur: «Wenn Sie vom Affen abstammen wollen, wo haben Sie denn dann den Schwanz?» Wenn wir immer so kurz und bündig törichte Gedanken und Einflüsterungen von uns weisen würden, wir wären wohl kaum im Chaos hilfloser Widersprüche gelandet.

Wandel in Ansichten und Gesinnung

Wir haben Schönes weggeworfen und dafür Hässliches eingetauscht. Unser Sinn für natürliches Empfinden und gerade Richtlinien ist immer mehr verkümmert, und wer noch daran festhält, wird leicht zum Spott. Kein Wunder, dass die Jugend ein leichtes Spiel von Plänen und Zielen geworden ist, die doch nicht aufbauenden Frieden zur Folge haben. Kein Wunder, dass ihr Familiensinn dahin ist, wenn doch Tür und Tor offen stehen, um sich anzueignen, was schliesslich nur aufrichtiger Treue und ehrlicher Arbeit zugute kommen sollte. Kein Wunder aber auch, dass das Glück entfloh, denn die Steigerung der Reize bürgt nicht für Glück, sondern hilft es weit eher zertrümmern.

Wohl ist die Unsicherheit unsrer Tage vielfach daran beteiligt, dass sich die Menschen nicht mehr mit schlichtem Glück begnügen wollen und weit lieber Sklaven ihrer Leidenschaften werden. Es ergeht ihnen nicht besser als dem Kinde, dem man seine stille Schafferfreude an einfachen Holzklötzchen verdorben hat, weil man ihm mannigfaches Spielzeug beschaffte. Das Glück wohnt weder im Vergnügen, noch im Besitz, nicht im Ehrgeiz und Strebertum, nicht in sportlichen oder anderweitigen Errungenschaften, nein, es liegt in Kleinigkeiten, denn der Taglöhner und schwerarbeitende Kuli, sie können es unter Umständen trotz aller Einschränkung reichlich geniessen, während so mancher, der sich weit mehr leisten kann, unzufrieden über all die kleinen Kostbarkeiten, die am Wege des Lebens liegen, dahinstolpert.

Glückhaftes Empfinden

Ist es nicht eigenartig, dass friedliches Familienglück nicht an Besitz, nicht an hochstrebende Ziele gebunden ist? Glückhaftes Empfinden hängt keineswegs von der Grösse unsres Besitzes ab, keineswegs von der Erfüllung unsres Strebertums, nein, seine Werte liegen in den Kleinodien des Lebens und des Alltags. Wie mancher hat sich seinen schönen Familienfrieden verdorben, indem er Sorgen auf Sorgen häufte, indem er der Jagd geschäftiger Berufsarbeit nachhastete, indem er nicht Genüge fand an den wertvollen Gaben, die das Leben darreicht.

Wie anders haben es da die Vögel! Welch ein Gejubel, wenn der strenge Winter weicht und die frohe Zeit beginnt. Welch ein wertschätzendes Glück, wenn sich die geeigneten Lebensgefährten gefunden haben. In jauchzendem Lied steigt der Dank zum Himmel, der solch irdische Freuden schuf und gewährt. Welch eine Emsigkeit und Schafferfreude, um der Nachkommenschaft ein sichres Dasein zu bieten! Wer schon dabei war, wenn es rings ums Haus herum zwitschert und jubiliert, wer schon dabei war, um das emsige Treiben der gefiederten Gäste bei ihrem Nestebau zu betrachten, der hat bestimmt nicht den Eindruck bekommen, die Vogelwelt beklage sich über die Mühen, die ihr zur Aufzucht ihrer Kinderschar beschieden sind, im Gegenteil, es ist überaus erfrischend, die natürliche Opferfreudigkeit, die sie ihren Kindern angedeihen lässt, mitanzusehen.

Lästige Aufgaben

Wir betrachten dieses frohe Familienglück, das auch uns Menschen nicht vorenthalten ist, vielfach als lästige Aufgabe, als Einschränkung unsrer Pläne und Ziele, als Beschneidung unsrer Bedürfnisse und mannigfachen Wünsche. Kein Wunder, wenn es da nicht klappen und nicht gelingen will, und wir ein frohes Geschenk zur Seite schieben, das uns doch vor mancher Enttäuschung und Torheit bewahren könnte. Nicht jeder ist zum Ledigsein geboren und weit besser ein stilles, schlichtes Familienglück begehren, als in dem Strudel hochfahrender Pläne und Ziele unterzutauchen.

Wie rasch eilt das Leben dahin und wie gut, wenn frohes Kinderlachen es begleiten darf. Wohl ist die heutige Zeit mit ihren mannigfachen Ansprüchen und Gefahren oft schwer zu meistern, wer aber die vernünftigen Gaben nicht mit wertlosen Schätzen vertauscht, wer seine Ansprüche nicht zu hoch schraubt, der wird der Vogelwelt gar manches abzulauschen verstehen und sich seinen Familiensinn und sein Familienglück selbst in Zeiten des Zerfalls zu wahren wissen, denn sie gehören, wie noch so manches andere, mit zu den verlorenen Kleinodien des Lebens.

UNSERE HEILKRÄUTER

MALVA NEGLECTA *(Käsepappel oder Käslikraut)*
MALVA SILVESTRIS *(Rosspappel)*

«Schau dir doch einmal die kleinen Molche an, wie die bei der grossen Hitze vergnügt sind in ihrem kühlenden Wässerlein. Wer möchte es auch glauben, dass der lachend blaue Himmel sich heute noch mit Regenwolken überziehen wird?» Dicht neben der sonnbeschienenen Gartenmauer stand die stattliche Königskerze beim kleinen Wasserbassin und beobachtete alles, was im Garten und im nahen Wiesland vor sich ging. «Wie kannst du nur so etwas behaupten,» vereiferte sich die niedrige Malve, die neben ihr kauerte und ihre rosafarbnen Blütenblättchen im strahlenden Licht der Sonne freudig entfaltete. Die hochgewachsne Malve, die bei den andern Zierstauden im Garten stand, hatte es kaum schöner als sie auf ihrem Häuflein Sand. Wenigstens war sie voll befriedigt und konnte nicht begreifen, dass man trotz dem ungetrübten Himmel Regen ankündigen konnte. «Hast du denn nicht gesehen, wie der Bauer aufgehört hat mit seinem Mähen und ganz enttäuscht nach Hause lief?» «Ja, ich hab mir schon gedacht, was ihn wohl forttreiben möge, als er plötzlich mit seiner Arbeit innehielt, kopfschüttelnd zum wolkenlosen Himmel hinaufschaute und heimzuwanderte. Aber die Menschen sind oft so sonderbar, was soll ich mich darum kümmern?» «Wenn ich dir aber sagen kann, warum er davonlief, willst du es dann nicht wissen?» «O doch, warum denn nicht?» «Na also, hast du nicht gesehen, wie sich die Blindschleichen heute zwischen den Steinen hervorwagten und ihren Lauf zur Wiese hinüber nahmen? Eine von ihnen musste unter dem scharfen Strahl der Sense das Leben lassen und dies hat den Bauer veranlasst, seine Arbeit aufzustecken, denn wenn sich die Blindschleichen zeigen, dann ändert das Wetter ganz bestimmt, mag auch das schönste Blau des Himmels leuchten. Ja, die Blindschleichen sind gute Wetterpropheten; sie haben den Bauer noch nie getäuscht, darum richtet er sich nach ihrem Appell so gewissenhaft. Hat der Regen dann erst einmal so richtig eingesetzt, und prasselt er anhaltend hernieder, dann behagt es wiederum dem Feuersalamander bei uns herumzuwandeln. Pass auf, ob er

nicht heute noch bei uns vorbeispaziert? Die Tiere wissen, wann und wo es ihnen behagt, nur wir Pflanzen müssen getreulich an unserm Platze stehen bleiben und jedes Wetter zufrieden in Kauf nehmen. Sieh, ich bin nun die Königskerze und blick über euch alle hinweg, aber manchmal wünschte ich doch auch, ich dürfte ein wenig herumwandeln.» «Das würde schön herauskommen,» lächelte die Birke, die in der Nähe stand, «wenn auch wir alle noch herumspazieren wollten, wer könnte dann bei uns noch Hilfe holen? Letzte Woche war die Bäuerin doch so froh um dich, du kleine Malve. Sie nennt dich zwar Käslikraut, aber das ändert nichts an der Sache. Deine frischgequetschten Blätter haben doch die gutgereinigte Schürfwunde rasch geheilt, die sich das jüngste Bauernkind eingeholt hatte, weil es auf dem frischgekiesten Gartenweg umgerutscht war. Sie holt dich auch immer für den Buben, den eines der vielen Ekzeme plagt, denn deine Säfte wirken reizmildernd. Vor kurzem hab ich auch gehört, wie die Grossmutter hier beim Gartenzaun einer Nachbarin empfahl, sie möchte für den leichten Bruch ihres Mannes nur von deinen gequetschten Blättern auflegen, das könne Schlimmeres verhüten. Die junge Frau wollte es fast nicht glauben, aber die Grossmutter versicherte ihr, dass Käslikraut früher immer verwendet worden sei, so auch bei allerlei leichten Wunden und Schürfungen. Im Sommer verwendete man die frischen Blätter, im Winter aber den Tee von Blüten und Blättern. Wie schon so oft war man froh um dich zum Baden von alten, schlecht heilenden Wunden, bei Geschwüren und Nagelbettentzündungen, bei Umlauf, Aissen und Furunkeln, bei Brand in Händen und Füssen, indem man ganz einfach Dauerbäder von ½—1 Stunde bei einer gleichbleibenden Temperatur von 37° Wärme vornahm. So gut wie du kann in all diesen Fällen nur noch der Sanikel dort drüben im Walde helfen. Wenn bei Ohrenweh warmer Malventee vorsichtig eingeträufelt wird, dann verschwindet der Schmerz in kurzer Zeit, falls die Entzündung nicht allzutief im Mittelohr sitzt. Legt man zugleich noch frisch gequetschte Blätter hinter den Ohren auf, dann wird sich der Erfolg noch rascher einstellen. Bei Augenentzündung bereitet man aus dir einen Tee zusammen mit dem bekannten Augentrost, wäscht damit die Augen warm aus und die Hilfe lässt nicht allzulange auf sich warten. Nicht nur du, Malva neglecta, sondern auch die grosse Malva silvestris besitzt heilwirkende Schleimstoffe und aetherische Oele, die auch innerlich gute Dienste gegen Entzündungen der Magen- und Darmschleimhäute leistet. Manches kleinere Geschwür ist dadurch schon mitverschwunden. Sollte man da nicht dankbar sein, wenn man so viel Leidenden helfen kann? Sollte man da nicht jeden törichten Gedanken, davonlaufen zu wollen, beschämt aufgeben?» Die Birke hatte sich in aufrichtigen Eifer hineingeredet und der Königskerze war es leid, sich so unvorsichtig geäussert zu haben. «Es war ja doch bloss Spass,» meinte sie beschwichtigend, «denn du hast ja bestimmt recht, wenn schon die Menschen von der Sucht befallen sind, ihre Pflichten im Stich zu lassen und nach leichtern Posten Ausschau halten, wollen doch wir uns daran freuen, so mannigfach helfen zu können.» «Ja, ich finde das auch und mir gefällt es doch eigentlich ganz gut hier. Ich könnte ja auch nur draussen bei der Schutthalde stehen oder wie die Wegewarte am Wegrand beim Dorf. Unten im Tal soll es deren so viele haben. Sehnsüchtig schauen sie mit ihren blauen Sternenaugen den vielen Fahrzeugen nach, die an ihnen vorüberrasen, aber keines bringt ihnen das Glück. Ach, die Sehnsucht ist eine schlimme Sache. Da passt es mir schon besser, einfach nur ein Käslikraut zu sein, denn meine Früchtchen sehen aus wie kleine Käslein und die Buben und Mädchen suchen mich eifrig und verspeisen sage und schreibe diese kleinen Käslein, als wären es die feinsten Leckerbissen. Ich mag Kinder gerne leiden, wenn sie sich an solch kleinen Freuden ergötzen! Aber sieh doch, du hast recht gehabt, schon ist der Himmel bewölkt, und ich glaube jetzt doch auch, dass sich ein Regen vorbereitet.»

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.

Ekzem und nocheinmal Ekzem

Etwas vom Lästigsten, etwas, das die Nerven überaus auf die Probe stellt, ist wohl das Beissen, hervorgerufen durch Ekzeme. Kein Wunder, wenn eines dem andern seine Heilung davon meldet. So schrieb Frau F. aus D. am 15. Mai 1951:

«Da Sie meine Cousine von ihrem Hautleiden geheilt haben, habe ich volles Vertrauen zu Ihnen, dass Sie auch mich von dem lästigen Ekzem befreien können. Habe jetzt das dritte Jahr, sobald es wärmer wird, darunter zu leiden. Plötzlich, von einer Stunde zur andern fängt es an zu beissen, dann gibt es ganz rote Stellen mit kleinen Bläschen, die furchtbar beissen. Es ist eine Hitze darin, wie wenn ich mich verbrannt hätte. Nachher schuppt sich die Haut. Das erste Mal trat es beim Heuen an den Armen auf, nachher im Gesicht und am Hals. Jetzt habe ich meistens an den Wangen, Ohren und auf der Brust, wo das Kleid nicht deckt, dieses lästige Ekzem. Manchmal werde ich geschwollen. Alter 65 Jahre, noch ziemlich rüstig. Wasser, Seife, Sonne, ja, schon warme Luft sind die grössten Feinde. — Nun möchte ich Sie bitten, mir sobald als möglich zu helfen, besten Dank im voraus ...»

Die Antwort lautete: «Nicht nur Wasser und Seife, sondern auch Salz und das tierische Eiweiss in der Ernährung ist ein grosser Feind für Sie mit Ihrem Ekzem. Sie sollten also ganz salz- und eiweissarm leben, also kein Fleisch, keine Wurstwaren, keine Eier- und Käsespeisen geniessen. Gemüse, Salate, Gerichte aus Naturreis, ganzem Weizen, Gerste, Hirse und Kartoffeln, ist die richtige Nahrung, um Ihr Leiden beseitigen zu können. Eine ganz natürliche Ernährung mit Produkten, wie sie Feld und Garten liefern, ist das einzig Zweckdienliche. Man muss die Sache von Innen heraus zu heilen versuchen. Zur äussern Anwendung schicke ich Ihnen *Calcium-Pulver*. Nehmen Sie davon jedoch auch innerlich ein, täglich eine Messerspitze voll. Dann schicke ich Ihnen *Molkenkonzentrat*, mit dem Sie die kranken Stellen vorsichtig betupfen möchten. Nach dem Eintrocknen pudern Sie dann mit dem Calcium. Sie erhalten auch die *Wollfett-Crème* «Bioforce», mit der Sie vor dem Bepudern noch Einfetten können. Als innere Mittel erhalten Sie das spezifische Mittel *Viola tricolor* (Stiefmütterchen) nebst *Solidago* und *Nierentee*, um die Niere zu einer richtigen Ausscheidung anzuregen. Sie sollten mir ferner 2 dl. Morgenurin senden, denn es handelt sich hier nicht um ein gewöhnliches Ekzem. Es scheint damit noch etwas anderes im Zusammenhange zu sein, das wir auch behandeln müssen, um dann einen bleibenden Erfolg zu haben ...»

Schon nach 14 Tagen, also am 30. Mai ging folgender Bericht ein:

«Sende Ihnen beiliegend den gewünschten Urin. Glaube fast, es wäre nicht mehr nötig, da ich mit Ihren Mitteln einen wunderbaren Erfolg gehabt habe. Das lästige Beissen ist ganz verschwunden und die Haut ist bereits wieder normal. Hoffentlich gibt es keinen Rückfall, wenn es wieder heiss wird. Danke Ihnen herzlich für Ihre gute Hilfe. Mit Salben und Pudern habe ich nicht gespart und daher bitte ich Sie, mir möglichst bald wieder die Crème und den Puder zu senden. Ohne diese beiden Mittel möchte ich nicht mehr sein. Zum Einnehmen habe ich noch von allem ...»

Es ist bestimmt begreiflich, dass ein solch rascher Erfolg erfreuen kann. Um ihn zu befestigen, müssen hauptsächlich die Ernährungsratschläge weiterhin sorgfältig beachtet werden, wobei alles Denaturierte und Künstliche, weisser Zucker und Weissmehlprodukte, wie auch Konditoreiwaren gemieden werden müssen. Die reine Naturnahrung ist fernerhin das Gegebene.

Die Urinanalyse zeigte, dass die Niere unbedingt noch weiter gepflegt werden muss, da der Kochsalzgehalt noch zu hoch war. Er zeigte auch noch Fäulniskörper, die durch gutes Kauen, langsames Essen und gründliches Einspeicheln zum Verschwinden gebracht werden müssen.

Auf solch intensive Weise werden Ekzeme mit Erfolg bekämpft.

Auch Frau N. aus B. konnte nach einer Kur von 5 Monaten schreiben:

«Das Ekzem wurde langsam besser, bis es endlich ganz verschwand. Oft habe ich seither voller Dankbarkeit an Ihre guten Mittel und Ratschläge gedacht. Schon immer wollte ich Ihnen einige Zeilen senden, um Ihnen von Herzen dafür zu danken.»