Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 8 (1951)

Heft: 9

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

erwachte und nach dessen Ursache forschte. Ich bin sonst zwar nicht besonders empfindlich auf Gifte, auch wird dabei die Rhus tox-Pflanze kaum mitgespielt haben, denn diese verursacht bei Empfindlichen zugleich auch noch einen Ausschlag. Vielleicht war auch der Genuss von fremdem Gemüse an der Störung beteiligt, denn da infolge des späten Frühjahrbeginns und infolge kalter Witterung die eigenen Gemüse im Wachstum sehr beeinträchtigt waren, mussten auch wir leider länger als erwünscht mit fremdem Gemüse vorliebnehmen. Wie dem auch immer sein mochte, die Folgen waren höchst unerquicklich.

Erfolgreiche Behandlung

Durch intensives Zwerchfellatmen verschwanden die Schmerzen allerdings etwas, um aber erneut einzusetzen und mich immer wieder aus dem Schlafe aufzuschrecken. In aller Frühe suchte ich etwas Erleichterung im Freien und brachte von dort Blätter des grossen Riesenampfers mit, die ich mir zur Linderung der Schmerzen auf den Bauch legte. Vorübergehend bewirkte ich damit eine Besserung, doch setzten die Schmerzen gegen den Morgen hin erneut wieder ein. Die Darmentleerung war reichlich, jedoch der Abgang von Urin sehr mangelhaft, was mich stuzig machte. Ich war mir bewusst, dass der Körper die Flüssigkeit zurückhielt, um dem Zustand Rechnung zu tragen, und wie ich erwartete, kam es auch. Ein heftiger Durchfall setzte ein, der sich bis zu siebenmal im Laufe des Morgens wiederholte. Wie Wasser ging alles von mir weg. Gleichwohl diktierte ich zwischenhinein meine Briefe, denn meine gehorsame, eiserne Sekretärin, die getreue Diktiermaschine, nahm mein Diktat trotz schwacher Stimme auf. Einesteils musste die Arbeit eben gleichwohl erledigt werden, anderenteils half sie mir auch über die schlimmste Zeit besser hinweg. Fünf Stunden hielt ich so durch, dann musste ich nachgeben. Schluckweise trank ich meine Medizin von Lachesis D 12, Echinacea D 2 und Lehm. Später griff ich auch noch zu Belladonna D 4, denn ich hatte die leise Hoffnung, dass dieses Mittel besonders wirksam sein möchte, wenn eventuell doch das Berühren der Tollkirsche Ursache meines Zustandes war. In der Tat bekamen mir die Mittel gut, alles arbeitete rege in mir und ca. um 12 Uhr mittags konnte ich erbrechen und zwar eigenartigerweise erst das Mittagessen von tags zuvor. Solch träge Verdauung kenne ich sonst nicht, da meine Organe stets prompt arbeiten. Leider war ich viel zu müde, um mich nun nach einem Mittel gegen Uebelkeit und Brechreiz umzusehen. Bestimmt hätten mir Nux vomica D 4 und Ipecacuanha D 4 hiebei gute Dienste geleistet. Ich mochte mich um nichts mehr bemühen, da ich sehr mitgenommen war, weil ich die vorangegangenen Wochen mit Ueberanstrengung gearbeitet hatte. Als nun aber auch das Herz zu krampfen begann, goss ich noch ein paar Tropfen Herztonikum in meine Mittelmischung und siehe da, schon nach 5 Minuten war das Herz wieder ruhig. Es ist auch gut, wenn man einmal am eigenen Leib die gute Wirkung der eigenen Mittel erfahren kann, so begreift man die grosse Dankbarkeit der Patienten besser als zuvor. Als der Darm völlig leer war, so dass nur noch Wasser wegging und nur noch die Medizin, die ich getreulich weiterschluckte, im Körper ihre volle Wirkung ausübte, wurde es mir wieder wohl. Beim Tiefatmen machte sich nur noch ein leichtes Wundgefühl im Darm bemerkbar, im übrigen aber hatte mein sonst gesunder Körper die Vergiftung überwunden.

Besondere Richtlinien

Viele Menschen werden durch eine solche Vergiftung schwer krank, weil sie an Verstopfung leiden und der Darm nur mangelhaft oder gar nicht arbeitet. Es ist daher in erster Linie notwendig, den Darm tüchtig zu entleeren, damit die Gifte fortgeschafft werden. Wenn der Darm nicht arbeitet und man zudem nicht erbrechen kann, dann muss der Körper das sich zersetzende Material in sich selbst verkraften, was sehr schwere Folgen zeitigen, ja unter Umständen sogar den Tod herbeiführen kann und nur, weil die Giftstoffe mangelhaft abgeführt worden sind. Es ist Unwissenheit oder Nachlässigkeit, wenn man den Darm nicht sofort in Funktion setzt, sobald Anzeigen einer Vergiftung auftreten. Wer die entsprechenden Mittel wieder erbrechen muss, kann mit einem Klistier, dem ein Abführmittel beigegeben wurde, nachhelfen. Das Erbrechen der Abführmittel ist nicht allzu schlimm, da dadurch der Magen schliesslich wieder gereinigt wird. Wer dafür sorgt, dass der Darm funktioniert, wird auch bei Verstopfung die harten Stellen wegbringen, worauf alles weich und flüssig wird und zu krampfen und drücken beginnt. Es mag möglich sein, dass sich der Körper auch durch Erbrechen einen Notausgang verschafft und sich des Giftes entledigt. Wenn wir dem Körper helfen, indem wir gut auf ihn horchen, wird er bestimmt seinerseits sein Möglichstes und Bestes tun, um uns aus unsrer misslichen Lage herauszuhelfen. Tüchtiger Durchfall ist ein Symptom bei allen Vergiftungen. Wenn der Körper nicht mehr fähig ist, die natürlichen Voraussetzungen zu erfüllen, dann ist es immer gut, diesen Weg zu beachten und einzuschlagen. Nach dieser Reinigung sollte man fasten. Wessen Herz nicht ganz in Ordnung ist, muss mit einem guten, natürlichen Herztonikum nachhelfen. Allmählich beginnt man mit etwas Schleimsuppe. Wenn die Leber empfindlich ist, kann man sie mit Rüeblisaft unterstützen. Nach 2—3 Tagen kann man Lehm einnehmen und wieder etwas fasten. Wenn das Herz gut durchhält, schadet dies keineswegs. Wenn sich der Hunger wieder einstellt, dann kann man auch wieder Nahrung ertragen. Es verhält sich bei einer solchen Vergiftung ungefähr genau wie bei den üblichen Kinderkrankheiten, die, richtig behandelt, gesundheitlich zu fördern vermögen. Durch Fieber und starke Reaktionen in Magen und Darm werden alte Stoffe herausgeschafft und somit ein vitaler Zustand erwirkt. Es ist daher nicht erstaunlich, dass der Körper durch eine gut durchgeleitete und richtig unterstützte Erkrankung profitieren kann. Auch eine solche Vergiftung gibt uns Veranlassung, unsern Körper gründlich durchzureinigen. Darm und Magenschleimhäute werden dadurch sauber, was dem ganzen Organismus förderlich ist. Man muss daher immer darauf achten, nichts zu unternehmen, was den körperlichen Funktionen entgegenwirkt, man sollte also zu keinen chemischen Mitteln, die die Symptome unterdrücken und erdrosseln, greifen, sondern im Gegenteil, jegliche Tätigkeit des Körpers zu unterstützen suchen. Wer so der Natur behilflich ist, begeht in der Krankenbehandlung keine Fehler, denn die Natur ist die beste Lehrmeisterin. Fehler machen nur wir Menschen.

UNSERE HEILKRÄUTER

Ononis spinosa *(Hauhechel)*

«Schau dir doch nur einmal unsern See an, wie er in der Abendsonne leuchtet. Wie flüssiges Gold liegt er zwischen den Bergen. So schön habe ich ihn noch gar nie gesehen. Die Schönheit rings um uns herum und der tiefe Abendfriede passen so ganz zum trauten Herdengeläute, das von der Alp zu uns herüber tönt. Es war der Hauhechel, der so begeistert über die Schönheit der Natur erzählte, dass es beinahe aussah, als wollten seine kleinen Rosablüten gleich einem leichtbeschwingten Schmetterling davonflattern. Kein Wunder, dass das so erschien, hatte er doch von der Mutter Natur allerliebste kleine Schmetterlingsblüten erhalten, die im wahren Kontrast zu seinen Dornen standen, aber eben, alles hat seinen Sinn und Zweck. «Hauhechelchen, pass auf, dass du in deiner Begeisterung nicht gar davonfliegst,» meinte spassig die Silberdistel. «Wohin denn? Höher hinauf werden wir kaum mehr kommen, haben wir doch bereits den Kamm erreicht. Ueber uns aber leuchtet der blaue Himmel und in ihn hinein könnte ich doch nicht fliegen. Das würde zu weit führen. Bleiben wir also, wo wir sind, ist es doch auch hier schön bei Arven und Erlen. Hier haben die Kühe nichts zu suchen, und wir sind sicher vor ihrem Hunger.»

«Wie wenn wir dies nicht ohnehin schon wären, ich mit meinen Disteln und du durch deine Dornen. Kein Wunder, dass ich Silberdistel heisse, während die Menschen dich mit einem Hechel verglichen haben. In alter Zeit nannte man dich «Heuwhechel», weil an deinen Hecheln das Heu leicht hängen geblieben ist. Später wandelte sich dein Name in Hauhechel um und ein alter Forscher war der Meinung, das sei wohl so gewesen, weil sich deine Wurzeln so tief im Erdboden festklammern, dass sie nur mit Hilfe einer Haue ausgerottet werden können. Aber, wie dem auch immer sei, wichtig ist wohl dies, dass du Säfte in dir birgst, die heilend wirken können. Wenn sich schon die Kühe nicht zu uns herauf versteigen, wenn wir schon ihre freundlichen Augen und ihre schönen, buschigen Ohren nicht von der Nähe zu sehen bekommen, so findet doch ihr Hirte den Weg zu uns hinauf, denn nicht vergebens plagen ihn Rheuma und Gicht. Bei dir sucht er Hilfe. Nicht vergebens hat ihm vor einem Jahr ein alter Professor, den der Senne zur Ferienzeit beherbergte, den Rat gegeben, dein Kraut mitsamt den Blüten als Tee zuzubereiten und von deinen Wurzeln, die er mühsam aus der Felsspalte herausziehen musste, täglich ein Stücklein zu kauen.» «Ja, ich weiss, er hat es seinem Freund erzählt, als er vor kurzem mit ihm hier oben weilte. Innert drei Wochen konnte er bereits wieder besser gehen. Das sollen die Saponine und Glykoside, die in meinen Wurzeln enthalten sind, zustande gebracht haben. Sie helfen bei Rheuma und Gicht, wie auch bei leichter Wassersucht. Nicht nur die Niere, sondern auch die Hauttätigkeit soll dadurch angeregt werden. Bei Stein- und Griesleiden wirken Kraut und Wurzeln zusammen, wennschon man früher der Meinung war, die heilwirkenden Säfte seien nur in den Wurzeln zu finden. Bei einem Teeabsund sollte man weder mein Kraut noch meine Wurzeln kochen lassen, sonst gehen die wichtigsten Stoffe mit ihrer Wirksamkeit verloren. Man kann die Wurzeln roh kauen, wie es der Senne tat, kann aber auch das Kraut und die Wurzeln für den Tee in kaltem Wasser ansetzen, denn so gehen keine Stoffe verloren und die Wirkung ist die beste. Aber das alleine hätte nicht völlig genügt, dem Sennen wieder seine gesunden Glieder zurückzuerstatten, musste er doch von seiner bequemen Sitte lassen, sich einseitig nur mit seinem Käse zu begnügen. Gemüse musste er sich beschaffen, mochte es auch umständlich für ihn sein und Saft von rohen Kartoffeln musste er einnehmen, denn beides war zu seiner Heilung und Genesung notwendig.» «Hu, das wird ihm aber nicht gemundet haben,» meinte verächtlich die Silberdistel, «die Gemüse wohl, aber der rohe Kartoffelsaft, der kann kaum gut schmecken!» «Da magst du recht haben, aber was tut der Mensch nicht alles, um wieder gesund zu werden! Zudem konnte er die Kartoffeln ja auch roh raffeln und seiner Suppe beimengen, nachdem diese schon fertig gekocht war. Mit gutem Willen lässt sich alles Nützliche durchführen.» «Du magst recht haben, denn es ist doch wohl gescheiter für unsern wackern Bergler, dass er jetzt wieder gesund in unsern Felsen herumklettern kann, statt dass er dich unten im Tale suchen müsste. Du hast es nämlich nicht wie ich. Während ich nur in den Bergen gedeihe, wächst du auch noch unten im Tal, am Wegrand, in Brachäckern und in trokkenen Wiesen.» «Ja, ich weiss, dass ich allenthalben blühe und weit herum bekannt bin. Ononis spinosa nennen mich die Gelehrten, das Volk aber hat mancherlei Namen für mich ausgedacht, am häufigsten aber werde ich doch immer noch Hauhechel genannt. Doch weisst du, eigentlich haben wir jetzt ganz den schönen Abend verpasst. Warum man nur so töricht sein und so viel Zeit versäumen kann, nur um von sich selbst was auszuposaunen!» «Lass es gut sein, denn warum sollen wir nicht mit dankbarem Herzen feststellen dürfen, dass wir nützliche Gaben erhielten? Bienen und Insekten haben ihre Freude an uns, wenn wir aber auch noch den Menschen helfen können, hat meines Erachtens unser Leben noch einen tieferen Wert.» Still und zufrieden blickten die beiden Freunde in den erblassenden Glanz des Sees. Mit der ihm eigenen Ruhe senkte sich der Abend hernieder und wiederum ging ein Tag in der endlosen Kette der Ewigkeit gelassen zur Neige.

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.

Berücksichtigung wichtiger Zusammenhänge

Am 17. Mai bat Frau L. aus Z. um Hilfe, da sie laut ärztlichem Befund mancherlei Leiden aufzuzählen hatte, so einen Herzfehler, Arthritis, Gicht, Struma, Basedow, sehr starke Krampfadergeschwüre, eine Verhärtung beim rechten Brustbein und zu wenig rote Blutkörperchen. Da die Patientin bereits schon 65 Jahre alt ist, war sie mit einer Kropfoperation nicht mehr einverstanden. Die Urinanalyse bestätigte, dass zu wenig Harnsäure ausgeschieden wurde, weshalb Nierenmittel eingesetzt werden mussten. Auch der Leber und den venösen Stauungen musste durch entsprechende Mittel nachgeholfen werden. Gegen die Verhärtung wurde Petasites nebst Auflagen von gequetschten Kohlblättern empfohlen. Da die Patientin infolge ihres Kropfes sehr sensibel ist, durfte sie die Mittel nur sehr schwach einnehmen. Bereits am 9. Juni, also nach 14 Tagen konnte sie folgenden Bericht abgeben:

«Am Sonntag habe ich von meiner Tochter Besuch gehabt. Ich habe ihr die Mittel gezeigt, da sagte sie gleich, sie habe sofort gedacht, ich sehe besser aus, was auch der Grund sei? Nun mal erstens habe ich kein Kopfweh mehr und keine Schwindel und Schwächeanfälle. Auch die Schmerzen auf der Brust sind fast verschwunden, und die Müdigkeit ist bei weitem nicht mehr so arg. Auch scheinbar Gesunde klagen ja über Müdigkeit. Auch das Stechen auf den Herzspitzen spüre ich nur selten mehr. Ich habe sogar gestern in einem Zimmer mit der Frühjahrsputzete begonnen, in einer Ruhe, und es ging sehr gut. Und was gewiss auch zu werten ist, ich bin im Gemüt ganz anders, trotzdem der Kropf glaub ich, noch weiter wächst. Die Untersuchung wurde abgeschlossen. Die Luftröhre soll direkt einen Bogen machen. Ich glaube, der Fall wäre für die Studenten interessant, auch wenn nicht operiert wird, da man nicht recht begreifen kann, dass ich gleichwohl atmen kann. Die Stelle auf der Brust ist doch vom Kropf. Sobald es genug Kohl gibt, versuche ich Auflagen direkt auf den Kropf zu machen. — Also, mit einem Wort gesagt, ich fühlte mich seit Jahren nie mehr so wohl wie heute, und ist es schade, dass ich die Mittel nicht früher hatte. Ich hoffe, auch noch mit dem Kropf ans Ziel zu kommen. Ich danke Ihnen für die Zusammenstellung der Mittel. Es wird gewiss auch Sie freuen, dass es so gut geht.»

Es ist natürlich doppelt erfreulich, eine solch schwierige Situation klären zu können, indem man der Natur Rechnung trägt. Statt Kohl kann man auch die Blätter des Riesenampfers zu Auflagen verwenden. Dieser wirkt gewissermassen noch stärker als der Kohl oder Wirz. Er ist auf den meisten Wiesen zu finden. Der Patientin wurden für den Kropf auch noch abwechslungsweise Lehmwickel mit Eichenrindentee zubereitet, empfohlen, wie auch die Einnahme von Nasturtium, also Brunnenkresse und einem besondern Drüsenmittel. Dass sie sich natürlich auch in der Ernährung entsprechend einstellen musste, um den Erfolg zu erzielen, ist wohl sehr verständlich. Dabei handelt es sich wie immer um salzarme, wie auch eiweissarme Kost. Ferner sind denaturierte Nahrungsmittel, wie Weissmehl, Weissbrot, weisser Zucker, Konserven und fettgebackene Speisen zu meiden. Günstig sind rohe geraffelte Rüebli, bittere Salate, viel Gemüse, nebst allen natürlichen Körnerfrüchten und Kartoffeln.

Wenn man die verhältnismässig raschen Erfolge, die bei Berücksichtigung der erwähnten Faktoren in Erscheinung treten können, beobachtet, dann kann man nicht mehr im Zweifel sein, warum unsere Vorfahren bei einfacher, aber ungekünstelter Ernährung gesünder und kräftiger sein konnten als wir es heute sind.

Günstige Beeinflussung klimakterischer Beschwerden

Frau A. aus B. holte sich im letzten Spätherbst Rat gegen klimakterische Beschwerden ein. Der Arzt hatte ihr eine Pille verabreicht, worauf sie die ganze Nacht erbrechen musste.

«Ich ging gesund zum Arzt und kam krank heim, seither habe ich nie mehr eine Pille genommen,»

so schrieb die Patientin. Es ist ja gut, wenn der Körper auf Unbekömmliches so gesund reagiert, dass er es wieder herausbefördert. Die Patientin wurde in ihrem guten Vorsatz, ihr Vertrauen der Naturheilmethode zuwenden zu wollen, bestärkt, denn die Mittel, die für klimakterische Beschwerden zur Verfügung stehen, helfen, ohne anderweitige Schwierigkeiten heraufzubeschwören. Die Urinanalyse zeigte, dass die Nierentätigkeit gefördert werden musste. Gegen die Wallungen wirken Aconitum D 10 und Ovasan D 3. Da vermehrt Phosphate weggingen, mussten auch noch Nervenmittel eingesetzt