Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 10 (1953)
Heft: 1

Artikel: Frischpflanzen-Präparate
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-968978

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: 16.12.2025

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

Leider aber muss sich die Patientin heute noch trotz Einhalten einer richtigen Diät über Verdauungsstörungen beklagen und zwar über das vorherige Gegenteil, über viel zu weichen und flüssigen Stuhl. Dabei ist das Sättigungsbedürfnis kaum zu stillen. Die Diätnahrung aber, vor allem die Rohkost, verursacht ihr bei Einnahme von grösserem Quantum Verdauungsbeschwerden. Kurzfristiges Fasten blieb erfolglos. Das grosse Nahrungsbedürfnis brachte die Patientin folgerichtig mit einer Ueberfunktion der Schilddrüse in Zusammenhang. Vergebens hoffte der Arzt, dass sich diese durch die Diätkost wieder regeln würde. Im übrigen aber schrieb die Patientin:

«Die Fastenkuren, die ich gemacht habe, haben mich trotz aller Beschwerden nicht nur körperlich verjüngt, sondern vor allem einen geistig-seelischen Umschwung herbeigeführt. Trotz aller Krisen waren meine Leistungen qualitativ besser als früher und meine Stimmung immer zuversichtlich. Ich werde es daher nie bereuen, diese Kuren gemacht zu haben, wenn sie für mich auch zu radikal waren.»

Der Nutzen des Fastens ist nicht abzustreiten. Er deckt sich mit den Ausführungen über das Fasten im «kleinen Doktor». Aber auch der Schaden einer forcierten Fastenkur kommt klar zum Ausdruck. Man kann die Blutgefässe und die Drüsen, vor allem die Schilddrüse schwer schädigen, wenn man das Fasten nicht der jeweiligen Konstitution anpasst. Ausser den Fruchtsäften wäre auch noch Mandelmilch notwendig gewesen, wie auch Carottensaft, also zur Abwechslung auch etwas Gemüsesaft, denn durch Fruchtsäfte allein kann die Leber zu stark hergenommen werden, so dass in dem soeben geschilderten Fall eine Funktionsstörung der Leber eingetreten war. Da auch die Bauchspeicheldrüse nicht mehr richtig arbeitete, stellte sich der Durchfall ein. Wenn die Schilddrüse eine Ueberfunktion aufweist, dann darf man unter keinen Umständen derart radikal fasten. Es gibt einige Krankheiten, wie Tuberkulose, Schilddrüsenüberfunktion, ferner gewisse Nerven- und Herzleiden, die in der Regel ein Fasten überhaupt verbieten. Niemals aber ist es in solch' radikaler Form angebracht. Es gibt Mittelwege, die humaner sind als solch drastische Fastenkuren. Sie erwirken das, was man mit den Fastenkuren erreichen wollte, ohne den Körper anderseits zu überforcieren. Durch gutes Einspeicheln kann auch das Sättigungsgefühl wieder in normale Bahnen gelenkt werden. Ebenso bietet die aus den Tropen stammende Papayafrucht eine regenerierende Hilfe zur bessern Auswertung des Eiweisses. Da diese Frucht leider sehr rasch dem Verderben preisgegeben ist, kommt sie bei uns nicht in den Handel. Man kann sich ihrer also nur in Form eines Präparates bedienen. Auch Molkenkonzentrat ist sehr gut, da das Milchferment in solchen Fällen hervorragend wirkt.

Für die weiteren Störungen besitzt die Naturheilmethode ebenfalls wunderbare Hilfsquellen. Durchfall lässt sich bekanntlich vorzüglich beheben durch Blutwurz, auch weisser Lehm wirkt unterstützend. Avena sativa, also Hafersaft, bekämpft die Nervosität und Brunnenkresse ist ein ausgezeichnetes Drüsenmittel, hilft also der Schilddrüse. Kreislaufstörungen, die den Erfolg einer Fastenkur leicht illusorisch werden lassen, können langsam wieder behoben werden durch Einnahme von biologischem Kalk, nebst einem Johanniskrautpräparat. Wer an Schilddrüsenüberfunktion leidet, ist sehr sensibel und darf daher Mittel nur in sehr schwacher Dosierung einnehmen. Ebenso darf ein solcher Patient jeweils nur kleine Nahrungsmengen geniessen, dafür aber sollte er öfters etwas zu sich nehmen. Um die Schilddrüse auch noch von aussen zu beeinflussen, ist es gut, abwechselnd noch Kohlblätterauflagen oder Lehmwickel um den Hals vorzunehmen. Auch warme Duschen und Kräuterwickel auf den Bauch sind bei den erwähnten Störungen günstig. Dass die Atmungsgymnastik sehr notwendig ist, da sie als günstiger Heilfaktor angesprochen werden kann, wissen alle, die sie kennengelernt haben.

Es ist gut, auch Misserfolge zu betrachten und zu prüfen, denn sie lassen immer wieder erkennen, dass man sich stets dem eigenen Naturell, der eigenen Veranlagung anpassen sollte. Kräftige Menschen dürfen sich ruhig etwas mehr zumuten. In der Regel aber verfügen diese meist über gute Körperfunktionen und begehren gar nicht zu fasten, sensible Menschen aber müssen sich unbedingt nach ihrer Konstitution richten und lernen, fein darauf zu achten.

Frischpflanzen-Präparate

Woran liegt es, dass die aus frischen Pflanzen hergestellten Tinkturen besser wirken als die aus getrockneten Pflanzen zubereiteten?

Der erste Grund ist darin zu suchen, dass die Wirkstoffe der frischen Pflanzen noch ungeschmälert sind, während sie bei der getrockneten Pflanze bereits eine wesentliche Veränderung erfahren haben. Vergleicht man einen Extrakt oder Absud aus getrockneten Früchten oder getrockneten Pflanzen mit einem solchen aus frischen Erzeugnissen, dann kann man sowohl geschmacklich, als auch in der Wirkung grosse Unterschiede beobachten.

Die beste Wirkungsform der Kräuter besteht darin, dass man sie in ihrem rohen Zustand geniesst, richtig dosiert und gut einspeichelt.

Die zweitbeste Wirkung erzielt man mit dem bereits erwähnten Frischpflanzen-Extrakt in Tropfenform.

Jede andere Zubereitungsart, seien es Pulver, oder seien es Extrakte aus getrockneten Pflanzen, wird im Wirkungseffekt dieser Form niemals nahe kommen können, da Oxydationen und Veränderungen durch das Trocknungsverfahren, sowie durch das Lagern wertvermindernde Nachteile zur Folge haben.

Der zweite Grund, der bei der Güte der Frischpflanzen-Präparate eine Rolle spielt, liegt in der Sorgfalt und guten Auswahl beim Pflücken der Pflanzen. Wer schon Wildpflanzen, also Heilkräuter gesammelt hat, weiss ganz genau, dass viele Verunreinigungen möglich sind. Vor allem sind es die Insekten, die wir dabei fest ins Auge fassen müssen. Da sind die Schaumzikaden mit ihrem Schleim, da sind die Eierablagen der Insekten und anderes mehr. Auch andere Tiere können dazu beitragen, die Pflanzen zu verunreinigen und jede Verunreinigung trägt ihrerseits wiederum dazu bei, die Wirkung der Präparate zu verändern und zu schädigen. Aeusserste Sorgfalt, spezielle Liebe und Aufmerksamkeit sind darum notwendig, um ein reines Präparat zu erhalten.

Ein typisches Beispiel bietet die Arnika. Die gewöhnliche Arnikatinktur, aus den getrockneten Blüten hergestellt, die sehr viel Eier der Arnikafliege enthält, wirkt ganz anders als eine Tinktur, die diese Eier nicht aufweist. Gerade diese Eier üben eine Reizwirkung auf die Harnorgane aus, die in gewisser Hinsicht viel stärker ist, als die Wirkung der Arnika selbst. Eine gute Arnikatinktur muss also frei sein von solchen Verunreinigungen.

Der dritte Grund und vielleicht der wichtigste, liegt in der Wahl des Standortes der Pflanzen. Es ist nicht gleich, ob man eine Pflanze im Tiefland, im Mittelland oder Hochgebirge sammelt. Es ist auch nicht gleich, ob die Pflanze an einem Schattenhang oder an einer Sonnenhalde gedeiht. Es kommt darauf an, ob sie in einem Boden wurzelt, der ihrer Entwicklung am besten dient, handle es sich nun um eine Grundlage aus Granit, Kalk, Schiefer oder einer andern Gesteinsart. Das grosse Geheimnis der Wirkungsfähigkeit unserer Bioforce Extrakte, Tinkturen und Frischpflanzenpräparate liegt gerade darin begründet, dass ihr Standort sorgfältig ausgewählt wird. So stammt ein Grossteil der Pflanzen, die wir verarbeiten, aus den Lawinenzügen des Engadins. Da, wo jährlich durch die Lawinen wieder die natürlichste Düngung mit dem schwarzen Gebirgs- oder Hochmoorboden in Erscheinung tritt, da können auch die Pflanzen beste Vorteile geniessen. Eine Mischung der verschiedensten verwitterten Gesteinsarten wird dort von Jahr zu Jahr wieder als neuer Dünger mit den Lawinen heruntergebracht. Da handelt es sich um verwittertes Urgestein, dessen Mineralien mit Kalk, mit Hu-

mus, mit der wunderbaren alpinen Bakterienflora vermengt sind und von unseren Kultivierungseinflüssen und Düngungsfehlern in keiner Weise berührt werden. Hier ist jungfräulicher Boden. Seit Jahrhunderten, ja sogar seit Jahrtausenden hat er den Pflanzen alles in der gesündesten Form nach den urewigen Gesetzen des Schöpfers gegeben. Hier finden wir die besten und wirksamsten Pflanzen. Vermischt man die Tinkturen, die man aus den Pflanzen des Hochgebirges hergestellt hat, mit den Pflanzentinkturen aus den Voralpen oder dem Mittelgebirge, dann erhält man daraus die wirksamsten Frischpflanzen-Präparate, die man aus unserem guten, urwüchsigen Schweizerboden ziehen kann. Unsere Schweiz ist bestimmt das beste Pflanzenparadies in ganz Europa, vielleicht sogar in der ganzen Welt.

Der vierte Grund liegt in der Zubereitung. Auch hier muss äusserste Sorgfalt und schonungsvolle Behandlung Beachtung finden. Die Pflanzen dürfen in keiner Form einer Erhitzung ausgesetzt werden, auch dürfen sie nicht mit Metallen, die als Katalysatoren wirksame Stoffe zerstören können, in Berührung kommen.

Die Bioforce-Frischpflanzentropfen sind frische Alpenkräuter in flüssiger, also in Tropfenform, versehen mit dem ganzen, ungeschmälerten Wirkungskomplex der Frischpflanzen, so, wie wir sie in unseren Bergen antreffen. Ihre Wirkung kann sehr stark sein, trotzdem es sich um harmlose, ungiftige Pflanzen handelt. Es ist daher geboten, ganz individuell zu dosieren. Die angegebenen Mengen sind jeweils auf den Durchschnittsmenschen abgestimmt. Sensible, die auf irgendwelche Präparate sehr stark reagieren, sollten stets nur die Hälfte, ein Drittel oder vielleicht auch nur ein Viertel des normalen Quantums einnehmen. Starke Wirkungen zeigen an, dass ein Präparat gut reagiert, dass die Pflanze richtig anpackt, weshalb man das Präparat nicht ablehnend weglegen, sondern nur die Einnahmenmenge vermindern sollte und zwar bis auf den Punkt, der keine störenden Reaktionen mehr auszulösen vermag. Unser Körper ist wie ein feines Uhrwerk, ja, bestimmt noch feiner als jedes Wunderwerk menschlicher Technik. Kein geschickter Uhrmacher wird mit einem Vorschlagshammer hinter eine Uhr gehen, wenn sie nicht mehr läuft. Ebensowenig dürfen wir mit zu starken Mitteln hinter das feine Uhrwerk des Schöpfers, hinter unsern Körper gehen. Wir könnten damit wohl eine symptomatische Wirkung auslösen, helfen und heilen im biologischen Sinn ist aber nur möglich, wenn wir uns den naturbedingten Erfordernissen unseres Körpers anpassen.

Um auf die Frage der Dosierung etwas näher einzugehen, wird demnächst noch eine weitere Abhandlung hierüber Aufschluss erteilen.

UNSERE HEILKRÄUTER

Tilia (Linde)

«Wie rasch ändert in der heutigen Zeit doch alles! Man hat den Eindruck, als ob ein technisches Wunder das kaum geborene wiederum überholen und wegdrängen wolle. Was früher ein Jahrhundert benötigte, um es mühsam zustande zu bringen, kann heute in Wochen oder Tagen verwirklicht werden. Ach, diese aufgeregte, kurzlebige Zeit, in der niemand mehr Zeit hat! Alles drängt und eilt und die Gemütlichkeit hat sich zu Grabe gelegt!» Seufzend bewegte die alte Dorflinde ihre Aeste im leichten Morgenwind, während ihr einige Sperlinge, die sich bei ihr eingefunden hatten, aufmerksam zuhörten. «Früher, da herrschte ein anderes Leben um mich herum auf dem Dorfplatz, da war noch nicht der unheilvolle Zug hinein in die Stadt, wo das Leben seinen leichten, allzuleichten Gang nimmt. Früher, da war man noch bodenständig in seiner Art. Die Kinder spielten unter meinen Aesten Ringelreihen und andere gemütliche Spiele mit Jauchzen und Singen. Die Buben schnitzten auf der alten Eichenbank, die rund um meinen Stamm herum zum Ruhen einlud, Rindenschifflein und der Dorfbrunnen, der heute noch genau so gemütlich plätschert, wie anno dazumal, diente als See, um die neuerstandene Flotte mit und ohne Segel hin und her fahren zu lassen. Auch abends war ich nicht alleine, denn nach getaner Arbeit kannten die ältern Burschen und die jugendfrischen Mädchen nichts Schöneres, als sich bei mir zu versammeln, um die alten Volksweisen anzustimmen oder auch beim festlichen Klang der Dorfmusik sich im Reigen zu drehen. Unsere heutigen Tänze können sich nicht messen mit dem frohen, hübschen Volkstanz jener Tage. So gemütlich war es damals. Da forderte kein elektrisches Licht auf, die Nacht zum Tage werden zu lassen. Ein kurzer, gemütlicher Feierabend entspannte alle und frühzeitig stieg man im Kerzenschein, im Licht der Oel- oder Petroleumlampe in seine schlichte Kammer, um sich die gesunde Nachtruhe nicht kürzen zu lassen. Bei mir aber war es stille, nur der Brunnen plätscherte sein ewig gleiches Lied, das man doch nie müde wird mitanzuhören! Aber heute, welch' ein Lärm überall! Selbst nachts rasen die unruhvollen Autos durch unsere stillen Dörfer. Da, wo früher die Kinder voll Freude den Postillion mit seinen feurigen Pferden und dem trauten Klang des Posthornes begrüssten, da müssen sie sich heute stets in acht nehmen vor den vorbeirasenden Verkehrsfahrzeugen. An ein gemütliches Spiel ist gar nicht mehr zu denken, kein Wunder, dass es sich ganz verdrängen liess, denn da, wo man in steter Lebensgefahr ist, lässt sich doch nicht mehr gemütlich sein!» Wieder seufzte die alte Linde und die Sperlinge stimmten ihr bei. «Ja, auch unser Hafer, den uns die Pferde jeweils verschafften, ist verschwunden. Wir haben viel erzählen gehört von der guten, alten Zeit mit ihrer Gemächlichkeit und Ruhe, die nun für immer vorüber ist.» So jammerten auch die Spatzen, die tatsächlich vom Hörensagen manches zu wissen schienen. «Aber tröstet euch nur, denn auch damals gab es schon manch' Schlimmes, da auch in jener Zeit schon Machtgierige und Ehrsüchtige lebten, die an manchen aufrichtigen, ehrlichen Menschen Unrecht verübten.» «Ja, ihr habt recht,» bestätigte nun auch die Steinlinde: «Jede Zeit hat ihre Not, aber eines bleibt sich immer gleich, die vom Schöpfer in die Natur gelegte Kraft. Sie ist beständig im Gegensatz zum Menschenwerk, das dem Wechsel der Zeiten und Umstände unterworfen ist. Ein gutes Beispiel bin nur schon ich, denn ich habe nun den Schnee von über 400 Wintern auf meiner Baumkrone getragen und immer noch sind die gleich' vorzüglichen Kräfte und Säfte in meinen Blüten, den Blättern und meiner Rinde. Im Altertum, der Rokokozeit, wie auch heute kannte und kennt man immer noch meinen Lindenblütentee, der bei Erkältungskrankheiten, hauptsächlich aber bei Fieber ausnahmslos von Frauen, Kindern, Knaben und Männern gern getrunken wird. Heute weiss man so gut wie früher, dass mein Tee nicht gekocht werden darf, weil er sonst alle wichtigen Wirkstoffe verlieren würde. Es ist auch nicht unbekannt, dass meine Blüten die besten sind, denn ich bin eine echte Steinlinde. Wer sich mit fremden Sprachen beschäftigt, weiss, dass ich auch noch Tilia heisse. Im Juli, wenn ich blühe, duftet der ganze Dorfplatz, und man behauptet, schon allein mein Duft könne heilen. Die feinen Aromastoffe, die ich in der Blütezeit täglich ausströme, sollen es in sich haben, bereits schon die Nerven zu beruhigen. Mag sein, auch die Dichter wurden davon berauscht, wenn sie auf der Eichenbank unter mir ihren Gedankenreichtum schriftlich niederlegten. Es scheint, sie schöpften Kraft aus dem Duft und dem Frieden, der einst diese heimelige Stätte umgab!» Immer wieder neigten die Gedanken der alten Linde mit Wehmut zur Vergangenheit hin, doch raffte sie sich wieder auf und erzählte ihren gefiederten Gästen weiter: «Auch mein Holz dient heute noch als Heilmittel und zwar in verkohltem Zustand, man muss es nur kennen. Lindenholzkohle ist eine altbewährte Hilfe gegen Dickdarmentzündung, überhaupt gegen fast alle Magen- und Darmstörungen, die mit Durchfall und Uebersäuerung auftreten. Neuerdings hat man in der Allee der neuen Landstrasse