

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 12 (1955)  
**Heft:** 8

**Artikel:** Nervosität und Temperament  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-552758>

### **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:** 20.02.2026

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



### Das Stiefmütterchen

Vor kurzem hat die junge Frau im Hause ein Kindchen bekommen, das an Milchschorf leidet. Welch' ein Glück, dass wir vor einigen Tagen in der Ecke des Gartens ein blühendes Stiefmütterchen entdeckt haben! Nicht etwa eines der zahmen, sondern ein kleines, wildes, ein regelrechtes Unkraut, das wir eigentlich gerne los wären, wenn nur nicht sein liebliches Farbengesichtchen so überaus hübsch wäre und uns mit ganzer Freude entgegenstrahlte! Dass es aber zugleich auch noch eine wunderbare Heilwirkung hat, das wissen wohl die wenigsten! Gibt nun die junge Mutter dem Kindchen selbst zu trinken, dann wird es vorteilhaft sein, wenn sie das wilde Stiefmütterchen mitsamt den Wurzeln ausreißt, gut reinigt und fein zerhackt, um so das Pflänzchen roh der Suppe beizugeben, ohne es mitzukochen. Das wird auch dem Kindchen zugute kommen, denn es wird weniger stark an Milchschorf leiden. Bekommt es indes bereits schon künstliche Nahrung, am besten Mandelmilch, dann wird es gut sein, wenn man dieser etwas Stiefmütterchen beigibt, indem man die ganze Pflanze mit den Wurzeln verwendet und zwar nimmt man einige Blättchen, einige Blüten und etwas von den Würzelchen, zerkleinert alles im Turmix, vermengt es mit der Mandelmilch, drückt alles durch ein Sieb und gebraucht das Durchgeseibte als Mahlzeit für das Kind. So hilft dieses einfache Unkraut, das uns im Garten irgendwo im Wege steht, oder das wir auf einem Acker oder im Wiesland finden mögen, wo es unser Auge erfreut, den Milchschorf bekämpfen und durch diese getreuliche Hilfeleistung beglückt es auch das Herz manch einer geplagten Mutter. Auch auf die Niere wirkt dieses saponinhaltige Kräutchen ganz ausgezeichnet. Es ist demnach auch ein Diuretikum, was bedeutet, dass es eine nierenanregende Wirkung besitzt. Da durch seinen Genuss das Wasser besser ausgetrieben wird, gehört es also auch noch zu den wasserantreibenden Mitteln.

Nicht nur bei Milchschorf, sondern auch bei allen andern Hautausschlägen, besonders bei skorfulösen Kindern, wie auch bei Drüsenanschwellungen, ist *Viola tricolor*, also unser soeben gelobtes Stiefmütterchen, in Verbindung mit Urticalcin, unsern biologischen Kalktabletten, ein ganz ausgezeichnetes und zuverlässiges Heilmittelchen. Stundenlang liesse sich noch erzählen von all den Wohltaten, die wir in Feld und Garten durch die Frischpflanzen erhalten. Immer mehr erweisen sich gerade die im frischen Zustand verwendeten Pflanzen den getrockneten als überlegen. Auf Grund dieser Beobachtungen gingen wir bei unserm Fabrikationsverfahren auch zur Herstellung von Tinkturen und Extrakten aus frischen Pflanzen über. Die Erfolge, die sich daraus feststellen liessen, sind weitaus grösser als jene früherer Fabrikationsmethoden bei welchen man, wie bereits schon erwähnt, jeweils die getrockneten Pflanzen verarbeitete.

### Geheimnisvolle Kräfte

Die Natur hat dem Menschen noch lange nicht all ihre Geheimnisse preisgegeben, ja oft scheint es, als ob wir erst in den Kinderschuhen der Naturforschung stünden, auch wenn sich viel sogenannte Wissenschaftler schon recht weise dünken. Noch immer ist die Natur der beste Lehrmeister und wird es wohl immer bleiben. Die medizinische Wissenschaft hat in den letzten Jahrzehnten gewaltige Fortschritte gemacht, aber die Menschheit wird heute noch weiter heimgesucht von furchtbaren Geiseln, von Krebs, Herzleiden und Geisteskrankheiten, noch immer sterben die meisten Menschen auf der Erde an Malaria.

Ob es je für diese furchtbaren Krankheiten eine Hilfe geben wird? Der Schöpfer zeigt uns in der Natur Kräfte, die auch diese Krankheiten überwinden, und es ist darum bestimmt nicht abwegig zu glauben, dass einmal eine Zeit

kommen wird, die derartige Krankheiten nicht mehr kennt. Leider kennen wir bis anhin derartige Heilkräfte noch viel zu wenig, aber dass es solche geben muss, zeigen verschiedene Erfahrungen, die ein Arzt in Südamerika machte.

Es gibt dort kleine Gebiete, die manchmal nur einige Dörfer umfassen, die diese oder jene der angeführten Krankheiten aus bisher noch nicht ganz klar ersichtlichen Gründen nicht kennen. Die Wissenschaft steht vorläufig hier vor einem Rätsel.

Wir wollen nun aus dem Bericht des Forschers das Beispiel der Malaria herausgreifen. In einem Gebiet am Amazonas, wo alle Bedingungen zur Verbreitung der Malaria gegeben sind und die ganze Umgebung von dieser Erkrankung völlig durchseucht ist, so dass schon im Nachbardorf viele Einwohner nicht in der Lage sind, wegen ihrer schweren Malaria der Arbeit nachzugehen, ist doch eigenartigerweise an dieser Stelle, von der wir berichten, also nur 140 km entfernt, kein einziger Fall von Malaria zu finden. Der einzig festgestellte Unterschied in der Lebensweise dieser beiden Dörfer liegt im Trinkwasser. Das Dorf, das sich im malariaverseuchten Gebiet befindet, bezieht sein Trinkwasser aus einem Fluss, während jenes, das im malariafreien Gebiet liegt, eine Quelle benützt. Die Wissenschaft steht, wie gesagt, vor einem Rätsel, denn mit ihren Methoden lassen sich in diesem Quellwasser keine Substanzen nachweisen, die zur Erklärung herangezogen werden könnten. Es kann sich demnach hier nur um kleinste Mengen in homöopathischer Dosis handeln, die diese heilenden, immunitätverleihenden Kräfte in sich bergen, die also keine Grössenordnungen betreffen, wie sie die Allopathie benützt.

Werden solche Beweise von der Wirkung minimalster Mengen, die sich bisher jedem Nachweis entzogen haben, von der Natur erbracht, dann spricht die medizinische Wissenschaft gern von Rätseln. Aber jeder gut beobachtende Homöopath weiss, dass sich an vielen Stellen derartige geheimnisvolle Kräfte offenbaren, die in der höchsten Potenzierung bestimmter Stoffe liegen, und die sich eben die Homöopathie bei der Behandlung der Krankheiten zu nutze macht.

Ganz ähnlich verhält es sich mit den anderen, oben angeführten Krankheiten. Patienten, die schwer herzkrank waren, wurden nur durch den Aufenthalt in einem ganz bestimmten Dorf in Südamerika geheilt. Verliessen sie das Dorf wieder, dann traten auch die alten Beschwerden bald wieder auf, ohne dass der Grund für die Heilung festgestellt werden konnte.

In einem andern Landstrich ist Krebs eine völlig unbekannte Krankheit, während andere Leiden auch dort wie anderswo vertreten sind, nur gerade der Krebs ist, wie gesagt, unbekannt. Selbst in der Ernährung konnten keine wesentlichen Unterschiede zur Umgebung festgestellt werden. Der Mensch muss also hier feinste Spuren unbekannter Substanzen aufnehmen, die ihm diese Widerstandskraft verleihen.

Hier nun gilt es anzusetzen, weiter zu suchen und zu forschen, damit wir uns dieser als geheimnisvolle Kräfte erscheinenden Dinge nutzbringend bedienen können.

*Dr. Drebingen*

### Nervosität und Temperament

Oft wird Nervosität mit Temperament verwechselt. Es gibt viele Personen, die man immer wieder sagen hört: «Ach, ich bin so nervös!» Vor allem glauben die Tessiner und Welschschweizer öfters, sie seien nervös, weil sie infolge ihres romanischen Blutes ein ganz anderes Temperament haben als wir. Man darf aber das Temperamentvolle keineswegs mit Nervosität verwechseln. Immerhin kann man ein allzulebhaftes Temperament je nach der geistigen Einstellung in den richtigen Rahmen hineinbringen, damit es weniger unangenehm oder kraftraubend in Erscheinung tritt und sich auf andere weniger



ungünstig auswirkt. Temperamentvolle Mütter reagieren oft allzurasch, haben keine Geduld mit den Kindern und machen diese mit der Zeit nervös. In der Regel wirkt sich ein lebhaftes Temperament bei jungen Leuten günstig aus, während es in andern Altersstufen von Nachteil sein, ja sogar zur Tragik werden kann. Bei Temperamentvollen muss die Arbeit immer rasch vor sich gehen, alles muss im Schuss erledigt werden, haben wir aber ein gewisses Alter erreicht, und sind wir ohnedies durch Ueberarbeitung etwas mitgenommen, dann wird die Pumpe, also unser getreues Herz, eben nicht mehr ganz nachkommen, so dass sich nach einigen Stunden Arbeit, die allzurasch und zu temperamentvoll durchgeführt worden ist, Ermüdungserscheinungen einstellen. Wenn man diesen Nachteil mit Bedauern gewahr werden muss, dann heisst es, sich eben den neu eingetretenen Verhältnissen unbedingt anzupassen, insofern man wünscht, den ganzen Tag über leistungsfähig zu bleiben. Man muss ganz einfach damit rechnen, dass man die fünfziger Jahre erreicht hat, und dass man deshalb alles etwas ruhiger angreifen und etwas gelassener erledigen muss. Es ist besonders für vitale, temperamentvolle Menschen nicht leicht, dies zu lernen. Lernen sie es indes nicht, dann werden sie allzufrüh, bevor ihre Lebenskräfte eigentlich erschöpft sind, abgeben müssen. Es gibt Menschen, die gar nicht temperamentvoll sind und einen ganz ruhigen Eindruck machen. Gleichwohl aber haben sie schwache Nerven und sind richtiggehend nervös, weil ihr ganzes Nervensystem heruntergewirtschaftet ist. Ihre Nervosität aber ist eine innere, die nicht zum Vorschein kommt und deshalb ist sie viel schlimmer und wirkt sich verzehrender aus als bei jemandem, der bei jeder Kleinigkeit sofort vital reagiert, denn diese Art und Weise kann ganz einfach auch eine Nervosität nur vortäuschen. Wer wirklich nervös ist und geschwächte Nerven hat, soll diese stärken, richtig ernähren und unterstützen, was ihm eines der wunderbarsten, natürlichen Hilfsmittel, nämlich *Avena sativa*, zu ermöglichen hilft.

### Schwache Wehen

Oeffters klagen Frauen über viel zu schwache Wehen, die die ganze Geburt erschweren. Dieser nachteilige Umstand kann durch ein ganz vorzügliches Mittel behoben werden. Die Pflanze, um die es sich dabei handelt, treffen wir jetzt im Sommer im Tessin und zwar besonders auf dem Monte Ceneri an. Die gelbblühenden, schönen Sträucher des Besenginsters, die über die Granitfelsen herunterhängen, ergeben ein schönes Bild, das überaus gut zur ganzen Tessinerlandschaft passt. Es gibt dort viele kleine Jungpflanzen, die wir mit schöner Wurzelballe ausgraben können, um sie in feuchtem Moos eingepackt, mit nach Hause zu nehmen, wo wir sie in unsern Garten, wenn möglich sogar passend in unser Alpinum setzen können. Auf diese Weise haben wir das vorzügliche Medikament immer zu Hause für den Fall, dass wir es gebrauchen sollten, denn beim Besenginster haben sowohl die jungen Zweige mit den Blüten als auch die Samen einen ganz grossen Wirkungsgehalt. Es handelt sich hierbei um ein Kreislaufmittel, um ein vorzügliches Herzmittel bei Herzinsuffizienz und, wie bereits angetönt, zum Verstärken der Wehen.

Sehr wahrscheinlich ist der Hauptwirkstoff das Spartein, das das Zentralnervensystem ziemlich rasch und stark zu beeinflussen vermag. Auch das vegetative Nervensystem wird durch die Einnahme von Besenginster beeinflusst, ebenso besitzt diese Pflanze eine blutdrucksenkende Wirkung. Auch die peripheren Gefässe werden dadurch erweitert, worauf jedenfalls die Blutdrucksenkung beruhen mag. Die Einnahme erfolgt, indem man entweder aus der frischen Pflanze Tee zubereitet oder aber die Frischpflanzentinktur *Sarothamnus scoparius* verwendet.

Wer die schönen, gelben Blüten sammelt und daraus einen Tee bereitet, wendet dadurch zugleich auch ein vorzügliches Nierenmittel an. In Frankreich gewinnt man Spartein, den Hauptwirkstoff aus dem Besenginster und benützt diesen als grosses Mittel für die Frauen, denn die Geburten werden dadurch vorzüglich unterstützt und erleichtert, so dass sie, wie sich einmal eine erfahrene Hebamme überrascht äusserte, gewissermassen fast «eleganter» vor sich gehen können. Man sollte daher Besenginstertee oder Frischpflanzenextrakt bei jeder Geburt zur Verfügung haben, damit zu schwache Wehen angeregt werden können, wodurch alsdann eine gute Geburt erwirkt werden kann. Wer während der Schwangerschaft bis ungefähr 5 oder 6 Tage vor der Geburt nebst dem Besenginster auch noch das biologische Kalkpräparat *Urticalcin* einnimmt zusammen mit *Hyperisan*, diesem ausgezeichneten Venenmittel, der kann der Geburt ohne Sorgen entgegensehen.

### Prostata-Hypertrophie

Oft kommen ältere Herren in die Sprechstunde, die gesundheitlich verhältnismässig noch recht gut beieinander sind. Es mag zwar sein, dass der Blutdruck ein klein wenig erhöht ist, weil die Ernährung unter Umständen etwas zu eiweissreich und die berufliche Tätigkeit zu einseitig war, wie dies bei vielen geistig Arbeitenden, die zuviel auf ihrem Bürostühlchen sitzen müssen und zu wenig Abwechslung in Bewegung und Beschäftigung haben, eben oft der Fall ist. Im Grunde genommen tut ihnen nichts weh. Die Urinanalyse zeigt indes weisse und rote Blutkörperchen, etwas Schleimfäden und unter Umständen etwas Prostatakörperchen. Solche Patienten müssen nach dem Urinieren befragt werden, ob der Strahl noch gleich kräftig sei wie früher, oder ob er abgenommen habe, so dass am Schluss noch etwas forciert werden müsse, um die Blase ganz entleeren zu können, und ob sich auch nachher noch ein gewisses Nachtropfen ergebe. Wird dies bejaht, dann muss man unbedingt daran denken, der Prostata etwas vermehrte Aufmerksamkeit zu schenken, denn die Vergrösserung der Prostata, die Prostata-Hypertrophie, kommt sehr viel vor und zwar besonders bei älteren Herren, die geistig tätig sind, die also meist nur Büroarbeit ausgeführt haben. Es hat keinen Sinn abzuwarten, bis sich eine Harnverhaltung einstellt, so dass man plötzlich, nachdem am zweiten Tag kein Harn mehr weggeht, mitten in der Nacht unter furchtbaren Schmerzen den Arzt holen muss, damit er katheterisiert, um eine Ueberdehnung der Blase mit einer empfindlichen Nierenschädigung, einer sog. Hydronephrose, oder gar vielleicht einer vollständigen Hemmung der Sekretion der Niere, was unweigerlich zur Uraemie, also zur Harnvergiftung führen würde, vorzubeugen. Es ist im Gegenteil schon bei den ersten Anzeichen der Erkrankung notwendig, dass man sofort etwas dagegen unternimmt. Bei einer bereits schon eingetretenen Harnverhaltung soll in erster Linie eine Dampfanwendung durchgeführt werden. Diese kann so gut und zuverlässig wirken, dass man unter Umständen dem Arzt die Störung der Nachtruhe ersparen kann. Man verwendet zu dieser Anwendung einen gewöhnlichen Kessel, füllt ihn mit etwa 10 Litern kochendem Wasser, legt ein Brettchen darüber und setzt sich darauf, so dass der Dampf von unten her den Körper berührt. Man deckt sich mit Leintüchern und Wolldecken gut zu, damit der Dampf nicht entweichen kann. Auf diese Weise ergibt sich ein interessantes, einfaches und billiges Dampfbad. Falls man kleinen Kostens, also Quendel, zur Verfügung hat, verbessert und beschleunigt man mit einem Absud davon die Wirkung noch etwas mehr.

Innerlich sollte man unter allen Umständen das vorzüglichste aller Prostatamittel einnehmen, nämlich *Sabal serulatum* D 1. Es ist dies eine Tinktur aus einer tro-