

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 20 (1963)
Heft: 8

Artikel: Augentrost : Euphrasia officinalis
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-552870>

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: 03.05.2026

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

Noch mehr Vorteile

Aber nicht nur dieser besondere Futtersaft der Bienenkönigin wirkt sich auf unsere Gesundheit günstig aus, denn auch der Honig selbst besitzt neben seiner Nährkraft seine besondere Heilwirkung. So wurde wissenschaftlich festgestellt, dass er das Wachstum von Bazillen zu hemmen vermag, so dass jene, die Überträger von Bazillen sind, ohne selbst durch sie zu erkranken, ihre Ansteckungsgefahr durch regelmässigen Genuss von Honig verringern können. Bei Diphtherie wirkt der Zusatz von 25% Honig zu einem andern Heilmittel so vorzüglich, dass das Wachstum der Bazillen gehemmt wird, auch macht sich dadurch eine stark entgiftende Wirkung geltend. Kein Wunder, dass man früher in Ermangelung unserer heutigen Heilmöglichkeiten bei Diphtherie viel Honig verordnete, da er zur erfolgreichen Bekämpfung der gefürchteten Krankheit beitrug.

Ist es unter solch hilfreichen Umständen verwunderlich, dass schon die Bibel anriet: «Iss Honig mein Sohn, denn er ist gut.» Massvoll genossen, kräftigt und stärkt er, und es sind verhältnismässig

nur wenige unter uns, denen er nicht bekömmlich ist. Er vermag besonders auch das Süßigkeitsbedürfnis der Kinder zu stillen, weshalb es sich lohnt, ihn regelmässig zu verabreichen, denn wieviele Unannehmlichkeiten werden behoben, wenn die vielen Lockungen nach künstlichen Schleckereien auf solch einfache, natürliche Weise unwirksam werden. Wir wissen, dass sich selbst der kräftige, vierschrötige Bär mit Vorliebe hinter den Genuss von Honig macht, wie drollig uns seine starke Neigung zu Süßigkeiten auch erscheinen mag. Oft wird er beim Honigraub in des von den Bienen gefährlich zugerichtet, muss sein Gelüsten also teurer bezahlen als wir, die wir so leicht dazu gelangen können. Gewöhnen wir uns beim Verlangen nach Süßigkeiten regelmässig an, Honig zu geniessen, dann wird dies einem allfällig verdorbenen Gaumen auch eher wieder eine gesunde, natürliche Genussfähigkeit beschaffen und das ist sehr vorteilhaft, weil wir dann nicht mehr dazu neigen, künstlichen Süßigkeiten, die uns gesundheitlich sehr zu schaden vermögen, den Vorzug einzuräumen.

Augentrost

Euphrasia officinalis

Mit Vorliebe durchstreifen wir zur Sommerszeit unsere Wälder, wandern höhenwärts zu einsamen Bergtälern und freuen uns, wenn wir in lauschiger Verschwiegenheit mitten auf einer Wiese im Walde oder am Waldesrand, in sonniger Lichtung oder auch auf mageren Weideplätzen einem weissen Teppich lieblicher Augentrostgesichtchen begegnen, denn in der Tat mutet uns das kleine, liebliche Blümchen wie ein zufriedenes Antlitz an oder wie Augen, die eine stille Zufriedenheit widerspiegeln. Es ist nun eigenartig, dass gerade dieses Pflänzchen, das uns mit seinen weissen, violettgeränderten Blüten und seinem gelben Fleck auf der Unterlippe so sehr anspricht, zugleich auch günstig auf die Augen wirken kann und daher auch von

jeder zur Pflege der Augen Verwendung fand.

Schon sein Name Augentrost deutet auf seine Wirksamkeit im Leben des Volkes hin. Wenn man heute der Ansicht ist, der Augentrost weise nur eine schwache Heilwirkung auf, so hat doch jedenfalls die Landbevölkerung früher das Pflänzchen oft und gerne zugezogen, um kranke Augen zu pflegen und zu heilen. Dabei wurde nicht nur die Blüte benutzt, sondern die ganze Pflanze, die vom Juli bis in den Oktober hinein gesammelt werden kann.

Seine Anwendungsmöglichkeit

Aus der Pflanze wurden Tee, Tinktur, Pulver und neuerdings auch ein Frischpflanzenpräparat gewonnen. Zur Äusse-

ren Behandlung genügt ein Tee aus der ganzen Pflanze zum Waschen der kranken Augen oder für Umschläge, während man die Tinktur bei katarrhalischen Augenentzündungen erfolgreich verwendet. Pfarrer Sebastian Kneipp, der neben seinen Wasserkuren auch die Heilwirkung der Kräuter nicht verachtete, verordnete seinen Patienten nebst den Augenbädern jeweils gleichzeitig auch noch die Einnahme von Pulver, und zwar täglich eine kleine Messerspitze voll entweder in Wasser, in der Suppe oder in anderen Speisen.

Der Augentrost ist auch noch unter dem Namen *Euphrasia* bekannt. Dieser Name stammt aus dem Griechischen und bedeutet Frohsinn, was anzeigt, dass auch anderorts das Pflänzchen die gleichen Empfindungen wachrief und somit im gleichen Sinne beurteilt wurde. *Euphrasia officinalis* wird in der Homöopathie hauptsächlich bei Entzündungen zugezogen, wie auch zur Beeinflussung der Schleimhäute. Bei geröteter Augenbindehaut mit schmerzdem Ausfluss und brennenden Tränen, bei Lichtscheu und anderen Störungen. Besonders günstig wirkt *Euphrasia*, wenn gleichzeitig mit den Entzündungen und Katarrhen der Augen auch noch ein Fliessschnupfen besteht.

Schon im Altertum verwendete man den Augentrost und im 13. Jahrhundert war besonders Arnoldus de Novaville, eine Lehrkraft an der berühmten Medizinschule in Montpellier, ein überzeugter Befürworter dieser kleinen Pflanze. Man bereitete damals einen Wein aus ihr zu und dieser soll das Auge so gestärkt haben, dass nach geraumer Zeit die Brille beim Lesen nicht mehr benötigt wurde, ja dass bei Einnahme des Weines von mehr als einem Jahr sogar das verlorene Augenlicht wieder gewonnen werden konnte. So wenigstens lautet der Bericht aus alten Kräuterbüchern.

Ärzte, die in früheren Zeiten noch gewohnt waren, die benötigten Mittel selber herzustellen, fügten jeweils dem Saft von Augentrost noch den Extrakt aus Kamillen, Fenchel und den Wurzeln der

Bergarnika bei, was ein wunderbares Augewasser ergab. Pfarrer Kneipp verstärkte dessen Wirkung noch durch Aloeharz. Auch heute geht man dazu über, die Wirkung von Augentrost durch Arnika noch günstiger zu gestalten. «Der kleine Doktor» zeigt zudem noch in seiner Abhandlung: «Einfache Hilfe bei Augenleiden» auf Seite 124—125 zusätzlich wie vielseitig unser Auge in seiner Pflege noch unterstützt werden kann, und zwar durch frischen Karottensaft, wie auch durch das eingedickte Biokarottin, durch Hyperisan, Urticalcin, durch Galeopsis zur vermehrten Kieselsäurezufuhr, durch Behebung von Verstopfung, sowie durch die Anregung der Nieren-, Leber- und Gallentätigkeit. Es lohnt sich gewiss, anschliessend auch noch einen Blick in jene Ratschläge zu werfen.

Etwas Erstaunliches

Nun aber nochmals zurück zu unserem Augentrost, denn wir wissen noch nicht alles von ihm, heisst er im Volksmunde unter anderem doch auch noch Weiddieb und Heuschelm, ja selbst Milchdieb und warum dieses harte Urteil? Er besitzt doch eigene Würzelchen, um sich seine Nahrung selbst zu beschaffen! Aber diese Namen beruhen gleichwohl nicht auf blosser Falschmeldung, denn der Augentrost ist in der Tat, wenn auch kein ganzer, so doch ein halber Schmarotzer. Daher erhielt er eigentlich mit einem gewissen Recht die wenig rühmlichen Beinamen, denn auch als Halbschmarotzer ist er fähig, den Graswuchs zu beeinträchtigen. Geschmäleretes Weideland schmälert aber auch den Milchertrag. Das kommt jedoch nur dort zur Geltung, wo der Bauer auf guten Graswuchs angewiesen ist, denn bekanntlich nimmt unser Augentrost auch mit einem mageren Standort Vorlieb. Er begnügt sich damit, auch an kiesigen Bachufern zu stehen, an Gebirgsabhängen, in Waldlichtungen, an schattigen Rainen und anderswo, wo es nicht üppig zugeht. Allerdings verkümmert er auf magerem Boden leicht, denn um sich richtig entfalten zu können, benötigt er gewisse Nährpflanzen.

So stossen wir den beim Forschen nach
den Wundern der Natur immer wieder
auf neue Eigenarten, von denen wir

Als ich über Wiesen schritt,
Einsam, in der Jugendzeit,
Nahm ich mir ein Blümchen mit,
Welches voll Bescheidenheit.

kaum eine Ahnung hatten. Und nun zum
Geleit des Pflänzchens noch ein kleines
Sinngedicht.

Dachte mir in meinem Sinn:
«Wie heisst diese kleine Zier ?
Sprach's: «Dem Aug' bring ich Gewinn,
Augentrost drum sage mir !»

Sieh, der Rose Üppigkeit
Ist im Stillen wohl erbost,
Dass sie nur der Augen Freud',
Aber nicht der Augen Trost !

Mit Speck fängt man die Mäuse

Die Mäuse lieben den Speck bekanntlich
sehr, weshalb wir sie mit Speck tatsäch-
lich fangen können. Dem Vegetarier aber
sagt er keineswegs zu, was zur Folge hat,
dass man ihn damit auch nicht fangen
kann. Bereits hat er an jenen Orten, wo
es üblich ist, dem Zwiebelkuchen noch
Speckstücklein beizufügen, gelernt, auf
diesen zu verzichten. Wenn er in Zu-
kunft aber auch beginnen muss, auf sei-
ne Gemüsenahrung zu verzichten, weil
auch dieser unauffällig Speck zugefügt
wird, dann kann er mit der Zeit aus-
wärts nicht mehr vertrauensvoll essen,
denn wer in einer Gaststätte schon eine
Salatplatte bestellt, hat auch sein gutes

Recht, eine solche ohne Beigabe von
Speck zu erhalten. Bis jetzt hat mir noch
niemand zugemutet, Speck als vegetarisch
zu betrachten, bis ich kürzlich im Bahn-
hofbuffet Olten tatsächlich einen Weiss-
krautsalat mit Speck serviert erhielt.
«Jedem das Seine», dachte ich mir. Wer
Speck liebt, mag ihn ruhig geniessen,
wer aber Gemüse vorzieht, sollte darin
keine Zutaten finden, die er nicht
wünscht und auch nicht bezahlt hat. Wa-
rum sich also unnütze Mühe bereiten ?
Rohes Weisskraut, als sogenannten Ka-
bissalat zubereitet, ist eine äusserst wert-
volle Kalknahrung, die auch geschmack-
lich ohne die erwähnte Zugabe vollauf
befriedigt.

FRAGEN UND ANTWORTEN

Naturmittel bewähren sich

Von Frau F. aus M. erhielten wir Ende März
dieses Jahres einen interessanten Bericht zu-
gestellt. Er lautete unter anderem wie folgt:
«Ich leide seit vielen Jahren an Kieferhöhlen-
und neuestens an Stirnhöhlenvereiterungen, an
Asthmabronchiale, Bronchiektasen, habe eine
Lungen- und Bronchienoperation hinter mir
nach jahrelangem Kuraufenthalt in den Bergen
und vermute, dass meine Krankheit, hatte nie
Tbc, unheilbar ist ! Ich bin immer noch viel
verschleimt, leide an Atemnot und erwische
jede Infektionskrankheit. Ich bin auf 25 Stoffe
allergisch und werde seit 4 Jahren mit diesen

Stoffen desensibilisiert. Mein Alter beträgt
38 Jahre.

Echinaforce und Petasan haben mir nun nach
einer schweren Grippe die Nasenhöhlenverei-
terungen fast zum Verschwinden gebracht.
Auch habe ich links, wo ich einen Polypen
herausoperieren lassen sollte, plötzlich wieder
Luft. Zudem bin ich nicht mehr heiser wie zu-
vor. Haben Sie mir für die Heilung meines Lei-
dens noch andere Vorschläge?

Ausser dem Desensibilisier-Präparat und 2 mal
jährlich 12 Calciumspritzen erhalte ich keine
Mittel von meinem Arzt. Mit Ihren Mitteln
hatte ich jetzt aber in kurzer Zeit doch eine