

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 20 (1963)
Heft: 11

Artikel: Berberitzen
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-553277>

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: 11.01.2026

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

Vielleicht besitzt er auch nicht genügendes Organisationstalent dazu. Immerhin denke ich, dass eine solche Aktion nur einem tüchtigen Weissen gelingen wird, doch wo mag ein solcher in der Einsamkeit des Urwaldes aufzufinden sein? Er würde sich kaum mit seiner Tüchtigkeit und seinen Begabungen dorthin verbannt lassen!

Auch bei meinem kürzlichen Ceylonaufenthalt bemühte ich mich vergeblich, einige vorzügliche Heilmittel, die ich dort kennen lernte, regelmässig in grösseren Mengen erhalten zu können. Nicht einmal zu deren Einsammlung war jemand bereit. In Korea ist es in der Hinsicht besser bestellt, da der Handel Wege gefunden hat, das Einsammeln und sogar den Anbau von Ginseng zu organisieren. Zudem hat die Regierung volles Interesse an den eingehenden Devisen. Die Amerikaner und später auch europäische Firmen haben sich auch bemüht, grössere Mengen von Rauwolfia zu erhalten.

Auswertung sensationeller Berichte

Ein Artikel in der deutschen Zeitung «Neue Post» veranlasste mich, nach einem Steppenstrauch Umschau zu halten, denn von diesem wurde berichtet, er sei eine sensationelle Entdeckung deutscher Forscher in den Wüsten Arabiens, da er Zuckerkranke heile ohne Insulinspritzen und Diät. Porterium spinosum heisst diese Wunderpflanze, die die Beduinen in kurzer Zeit von der Zuckerkrankheit befreien soll. Obwohl ich nach Erhalt des Artikels meine arabischen Freunde dazu

veranlasst habe, Näheres von der Wunderpflanze in Erfahrung zu bringen, und obwohl ich inzwischen selbst einmal in jener Gegend weilte, konnte ich den Strauch doch nicht ausfindig machen. Was nun an dieser Sache wahr ist, weiss ich nicht, nur eines ist mir klar geworden, dass der Weg von all diesen Wundermitteln, die den Eingeborenen sicherlich sehr gute Dienste leisten, bis zu uns trotz den Düsenflugzeugen noch sehr weit zu sein scheint.

Die Pharmazeutisch-Chemische Industrie könnte bestimmt ihren grossen Einfluss und ihre weitgehende Entwicklungsmöglichkeit segensvoll einsetzen, wenn sie einen Teil ihrer erheblichen Gewinne der Erforschung und Verwertung solcher Heilmittel zuwenden würde, die sich seit Jahrhunderten bei den Eingeborenen Amerikas, Afrikas und Asiens bewährt haben. Leider hat man aber in diesen Kreisen immer noch mehr Interesse an synthetischen als an pflanzlichen Präparaten. Es ist daher angebracht, dass sich Kranke davor hüten, die natürlichen Heilmethoden und die alten, bewährten Naturheilmittel und die natürlichen Heilmethoden europäischer Provenienz zu verlassen, um ihr Vertrauen auf epochemachende Heilmittel zu setzen, die vielleicht irgendwo vorkommen mögen, für uns aber vorläufig noch unerreichbar sind. Wir dürfen nie vergessen, dass gerade Europa einen grossen Reichtum an bewährten Heilpflanzen aufweist, was uns zum Troste gereichen kann, solange uns die Wundermittel anderer Kontinente nicht zugänglich sind.

Berberitzen

Wenn auch bereits die herbstlich bunten Blätter zur Erde fallen, leuchten im Rauhreif am Wegrand doch noch immer die roten Berberitzenbeeren zwischen den Hecken hindurch. Gar alle konnten fleissige Menschenhände nicht pflücken, weil oft die obersten Ästchen grosser Sträucher je nach ihrem Standort an steilen Halden ohne Leiterchen unerreichbar sind. Zwar beachten verhältnismässig nur

noch wenige von uns die verschiedenen Wildfrüchte, die sich Jahr um Jahr kostenlos anbieten, wenn wir über die herbstlichen Höhen streifen. Sie kennen auch ihre Werte nicht mehr und übersehen sie daher völlig. Würden nicht die Forscher immer wieder darauf hinweisen, dass besonders auch die Berberitzen, die wegen ihrem sauern Geschmack im Volksmunde auch als Sauerdorn und we-

gen den spitzen Früchten als Spitzbeeren bekannt sind, nicht immer wieder auf deren reichen Gehalt an Vitamin C, den wir, unsere Kinder und die heranwachsende Jugend so dringend benötigen, hinweisen, es würde sich heute im Zeitalter der Bequemlichkeit wohl kaum jemand mehr bemühen, die schönen Beeren einzuhimsen. Da die zunehmende Autosucht das entdeckerfreudige Wandern immer mehr zu verdrängen beginnt, kennt man mit der Zeit überhaupt nur noch Fahrstrassen und hat keine Ahnung mehr, was in abgelegenen Gebieten alles gedeihen mag. Der Segen, den der Sommer in Form von Wildfrüchten bereitet hat, würde demnach binnen kurzem nur noch der dankbaren Vogelwelt überlassen werden, wenn nicht verständnisvolle Kenner der Natur die verborgenen Schätze noch immer zu heben, einzusammeln und zu verwerten wüssten, indem sie diese mit Hilfe von entsprechenden Apparaten schonungsvoll zu Mark oder Sirup verarbeiten.

Neben dem Gehalt an Vitamin C besitzt der Sauerdorn auch noch viele, wertvolle Mineralbestandteile. Schon im Altertum schätzte man die Früchte des Berberitzenstrauches, indem man aus deren Saft einen Sirup bereitete, den man gegen Skorbut, rote Ruhr, die Wurmkrankheit, und wenn die Galle in den Magen floss, als Hilfe zuzog. Der Saft dieser Wildfrucht wird auch erfolgreich gegen Kopf-

weh angewendet, insofern dieses von Leber- und Gallenstörungen herrührt. Heilsam ist seine Wirkung auch für Fieberkranke. Ferner können Zahnfleischschwund und das Lockerwerden der Zähne durch die Einnahme von Berberitzen erfolgreich bekämpft werden. Aus der Rinde wurde in früheren Zeiten ein Wein zubereitet, weil er als Abführmittel gute Dienste leistete. Geschickte Frauen ziehen die Beeren heute auch zum Verbessern ihrer Konfitüren zu, da ihr bedeutender Pektingehalt ein natürlicher Gelierstoff ist, und die Säure allzu milde Früchte schmackhafter werden lässt.

Im Mittelalter verwendete man auch noch Rinde, Holz und Wurzeln des Strauches, da deren gelber Farbstoff den Spinnerinnen diente, die Wolle schön gelb und lichtecht zu färben. Selbst die Gerber benützten zu jener Zeit diesen Farbstoff, den man später Berberin nannte, um ihr Leder dauerhaft gelb zu färben. Wenn der Berberitzenstrauch heute auch nicht mehr zu Färbereizwecken gezogen wird, besitzt er doch immer noch genügend Vorteile, um derentwillen er nicht in Vergessenheit geraten sollte. Bedenkt man daher, was uns diese einfache Wildfrucht ganz im Stillen zu bieten vermag, dann ist man sicher nicht mehr abgeneigt, sie in Zukunft wieder mehr zu beachten. Zum Abschluss und Ansporn mag sie noch ein bescheidenes Lied begleiten:

Berberitzen, Berberitzen
Allenthalben durch die Sträucher blitzen,
Ihre roten Traubenbeeren
Darf man sicher niemandem verwehren.
In den herbstlich bunten Hecken
Darum zwitschernd frohe Gäste stecken.
Selbst, wenn bald des Winters Hände
Decken zu die vielgeliebte Spende,
Können sich noch immer laben
Unsre Vögel an des Herbstes Gaben !

Berberitzen, Berberitzen,
Vor gar manchem sie die Kinder schützen!
Ihre roten Früchte prangen;
Schönheit neben liebendem Verlangen
Andern hilfreich beizustehen,
Wird gepriesen und nicht übersehen;
Denn es ist ein wertvoll Sinnen,
Andere durch Güte zu gewinnen,
Statt mit Selbstsucht zu verletzen,
Andere mit Gaben zu ergötzen !