

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 21 (1964)
Heft: 1

Artikel: Stechpalme
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-551470>

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: 09.02.2026

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

furchtbarer Beweis in Erscheinung treten, wie es das kürzlich aufgedeckte Thalidomidunglück war, das zu so vielen Missgeburten führen konnte, bis die Fachleute nachdenklich zu werden begannen. Gerade solcherlei Begebenheiten lassen die Zuverlässigkeit der Pflanze doppelt wertvoll hervortreten, weshalb man auch glücklicherweise wieder mehr Vertrauen in sie fasst und zu ihr zurückkehrt. Eigenartig, dass die Chemie, die so viel zu erleichtern scheint, gerade dieses Vertrauen untergraben konnte, nicht nur bei den geschulten Leuten, sondern auch in den breiten Schichten des Volkes! Hätte sie dies nicht zustande gebracht und mit ihren Mitteln den Schmerz auf bequeme Weise auszulöschen vermocht, nie wäre unsere heutige Menschheit unmerklich in die furchtbaren Gefahren der

Tablettensucht hineingeraten. Der Schrecken vor solch schlimmen Folgen, wie wir sie erfahren haben, führt langsam wieder zur Einsicht, dass die Pflanze doch die wunderbarste Heilmittelfabrik ist, die Halb- und Ganzfabrikate liefert, wie sie von keiner anderen Quelle so einwandfrei bezogen werden können. Nur Erzeugnisse aus den Pflanzen sind biologisch auf den Körper von Mensch und Tier abgestimmt und bieten die Gewähr, bei richtiger Dosierung helfen zu können, nicht nur für den Augenblick, sondern in heilendem Sinne, indem sie auch keine schädigenden Neben- und Nachwirkungen auslösen werden, sondern im Gegenteil neben ihrer spezifischen Wirkung auch den Allgemeinzustand günstig zu beeinflussen vermögen.

Stechpalme

Es ist wie ein erfrischendes Wunder, wenn zwischen den entlaubten Waldbäumen mitten im Schnee eine Stechpalme mit ihren immergrünen Blättern hervorleuchtet. Allen Herbststürmen hat sie getrotzt; nichts half den tobenden Gesellen, nicht einmal ihre gemeinsame Kraft genügte, um die unermüdlich lebensfrische Stechpalme zu entlauben. Nach wie vor glänzen ihre stacheligen Blätter, denen sie ihren Namen zu verdanken hat. Eigentlich dienen diese als Schutz gegenüber begehrlichen Kinderhänden, die unwissend nach den roten Beerenfrüchten der Stechpalme greifen könnten, beglückt, dem begehrlichen Mündchen mitten im winterlichen Wald einen unerwarteten Leckerbissen zuführen zu können. Obwohl diese Beeren Heilwerte für uns bergen, würden uns ihre Säfte gleichwohl schaden, wollten wir sie in der Form, wie sie sich uns darbieten, geniessen. Stechpalmenbeeren sind daher nicht zum Genuss, sondern nur zu Heilzwecken da. In der richtigen Dosierung dienen ihre wertvollen Stoffe dem Herzen und auch gewissen Drüsen zum Antrieb. Es sind

wichtige Motoren des Lebens, denen wir auf diese Weise helfen können, aber wohl bedacht nur dann, wenn wir die abgestimmte, wirksame Menge kennen. Ein Zuviel würde schaden und das fein abgestimmte Gleichgewicht stören, statt zu stärken und Mängel auszuheilen.

Die Stechpalme, die jedem Botaniker mit dem lateinischen Namen *Ilex aquifolium* bekannt ist, besitzt jedoch nicht nur in ihren Beeren heilwirkende Stoffe, denn auch die Blätter können uns besonders zur Winterszeit sehr dienlich sein. Sie liefern einen wohltuenden Fiebertee für Kinder und Erwachsene und helfen, wenn das gefürchtete Grippegift in den Bronchien stecken bleibt, oder wenn gar eine Lungenentzündung ausgebrochen ist. So ist es denn immer gut, wenn wir unsere Pflanzen kennen, denn nur so sind wir imstande, ihre Hilfeleistung im gegebenen Zeitpunkt anzuwenden. Wir werden dann davor bewahrt, zu drastischen Mitteln zu greifen und können uns, wie es einst Grossmutter und Urgrossmutter schon taten, auf natürliche Weise schadlos helfen. Wenn wir den winter-

lichen Wald mit seiner lebensfrohen, immergrünen Stechpalme verlassen, begleitet

«Grünes Sträuchlein im weissen Schnee,
Wie überwindest du Kälte und Weh?
Mit roten Beeren froh geschmückt,
Sag mir, wie dir dieses Wunder geglückt?»

Weil Hoffnung meine Kraft durchglüht,
Mag niemals welken mein fröhlich Gemüt !»

tet uns ein kleines Frage- und Antwortlied, das lautet :

«Ich stech' aus Bosheit wahrlich nicht,
Schütz nur mein Leben», Stechpalme spricht,
«Ich bin jahraus, jahrein ohne Klag,
Und freu' mich am Schönen jedweden Tag.

FRAGEN UND ANTWORTEN

Krampfartige Anfälle bleiben aus

Frau S. aus W. berichtete uns am 23. Juli 1963, dass ihr Mann im August vorigen Jahres plötzlich erkrankt sei. Sie schrieb darüber: «Es war nach einem heissen, strengen Erntetag, als mein Mann nach dem Mittagessen plötzlich einen Anfall erhielt. Er fiel zu Boden, verbiss den Mund und machte krampfartige Bewegungen. 3 1/2 Std. war er bewusstlos. Dies wiederholte sich 5 Monate später, doch dauerte der Anfall nur 1/4 Std. Nach nochmals 5 Monaten traten zwei Anfälle in einer Woche auf und letzte Woche nach nochmals 1 Monat der 5. Anfall innerhalb von 11 Monaten.

Vorher war mein Mann immer gesund und froh gewesen und arbeitete soviel, wie es als Landwirt heute auf jedem Hofe zu tun gibt. Beim 1. Anfall sagte der Arzt, es sei ein Kollaps. Sein Blutdruck war nur 110. Inzwischen ist er von Spezialärzten untersucht und geröntget worden, doch kam nichts zum Vorschein, man müsse annehmen, dass er epileptisch sei. Nun würde es mich sehr freuen, wenn Sie meinem lieben Manne helfen könnten, dass die schaurigen Anfälle nie wiederkehren, und dass ihm wieder neuer Lebensmut erwachsen würde.»

Zur Hebung des Blutdruckes wurde dem Patienten täglich 1–2 dl frisch gepresster Karottensaft oder der milchsäurehaltige Biottakarottensaft nebst dem Blütenpollenprodukt Pollavena und Honig empfohlen. Gleichzeitig war Herztonikum dafür einzusetzen, das zudem zur allgemeinen Stärkung dienen sollte. Des weitem musste der Patient Loranthus, Urticalcin und Cuprum D6 einnehmen. An Stelle von Kochsalz waren unsere Würzmittel auf Meersalz- und Kräuterbasis anzuwenden. Des weitem wurde Tiefatmungsgymnastik mit verlängertem Ausatmen empfohlen.

Am 1. Oktober 1963 erhielten wir dann folgenden Bericht: «Kann Ihnen freudig mitteilen, dass es meinem lieben Mann besser geht. Die Anfälle haben sich nie mehr wiederholt. Er arbeitet wieder den ganzen Tag, hat guten, ruhigen Schlaf und ist immer frohen Mutes. Hoffen wir, dass es so bleibe. Ich kann Ihnen nicht genug danken dafür und möchte nochmals eine Kur bestellen.»

Es ist in solchem Falle gut, die Kur zur Festigung des Erreichten zu wiederholen. Auf alle Fälle kann bis dahin der erreichte Erfolg als erfreulich bezeichnet werden, denn solche Störungen sind sehr sorgfältig zu behandeln. Ohne den befriedigenden Fortschritt hätten noch Nervenmittel eingesetzt werden müssen. Es ist natürlich in solchem Falle auch angebracht, sich vor Alkohol, Nikotin und Überanstrengung zu hüten.

Niederer Blutdruck und Magenleiden

Ende Juni 1963 wandte sich Frau H. aus L. an uns, da ihr die Folgen zu niederen Blutdruckes sehr zu schaffen machten. Sie erhielt von uns Auroforce und Ysop nebst der Verordnung, täglich in frischer Luft Tiefatmungsübungen durchzuführen. Für die Nerven wurden Neuroforce-tabletten verschrieben, zur besseren Durchblutung der Augen Hyperisan und für die Drüsen Kelpasan D3, Urticalcin und Kalium phos D6. Zur Anregung des Appetites empfahlen wir 1–2 dl frischgepressten Karottensaft, Grapefruitsaft und etwas Tausendguldenkraut- oder Wermuttee. In der Ernährung war eine Schondiät einzuschalten.

Ungefähr 10 Tage später gelangte auch ihr Mann wegen einem Magenleiden an uns und auch seine Fragen wurden durch entsprechende Kurvorschriften beantwortet. Nebst der vorgeschriebenen Schondiät hatte er Hamamelis virg. und Gastronol einzunehmen, ferner Molkosan und Bioferment. Morgens und abends musste der Patient 1 Glas Kamillentee mit weissem Lehm trinken. Auch wurden feuchtheisse Wickel auf der Magengegend verordnet. Avena sativa sollte die Nerven beruhigen und einen guten Schlaf verschaffen.

Mitte September ging ein erfreulicher Erfolgsbericht bei uns ein, indem Frau H. voll Freude mitteilte, dass es ihr viel besser gehe und sich der Blutdruck stabil halte. Auch lobte sie das Molkosan, den Fruchtekaffee und das Kelpamare. Gleichzeitig bedankte sie sich auch noch für die gute Hilfe, die ihrem Mann zuteil geworden war. Sie schrieb, dass seine Beschwerden alle weg seien, er habe guten Appetit und