

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 21 (1964)  
**Heft:** 2

**Artikel:** Lärchenmoos  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-551713>

### **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>**



Stoffen auf der Erde zustandezubringen. Exakt, wie es die Chemie bis heute nicht fertigbrachte, werden anorganische Stoffe und Komplexe in organische Verbindungen umgewandelt. Sie stellen daher in ihrer Gesamtheit für Mensch und Tier Heilmittel dar, die schon vor Jahrtausenden die alten Ärzte in Erstaunen zu setzen vermochten. In der Tat haben daher die Kräuter schon von Millionen von Menschen Schmerz, Leid, ja oft sogar Siechtum und daher frühzeitigen Tod abgewendet.

Nun sind aber Heilstoffe, die sich glücklicherweise in den Pflanzen befinden, an und für sich noch keine Heilmittel. Um aus den Heilpflanzen Heilmittel herstellen zu können, muss man sich sorgfältig ausgearbeiteter Methoden bedienen. Es ist dabei notwendig, darauf zu achten, dass man die Mineralien nicht abbaut, die Vitamine nicht entwertet und die Enzyme u. Fermente nicht zerstört, während man die Harze lösen muss. All dies muss sorgfältig geschehen, damit man das biologische Gefüge nicht auseinanderreisst. Die Heilmittelherstellung aus frischen Pflanzen ist eine Kunst, die neben den fachmännischen Kenntnissen vor allem auch Talente und Liebe erfordert. Die Asklepiaden, die einst in Griechenland tätig waren, Galenikus, der in Rom wirkte, Paracelsus, der sich in gleichem Sinne in unseren Alpentälern entfaltete, all diese

bekannten Namen sind einige der vielen, die in dieser Kunst Meister waren.

### Verschiedene Mühen

Wenn heute die Vogel-Frischpflanzenpräparate zu den Spitzenprodukten der pflanzlich biologischen Heilmittel gehören, dann ist dies die Folge von jahrelanger, mühsamer Arbeit. Sorgfalt, Fingerspitzengefühl, volles Verständnis und reichlich Liebe zu den Pflanzen, aber auch ein reges Interesse für das Heil der Leidenden ist notwendig, um die verschiedenen Mühen auf sich zu nehmen, die mit der Herstellung hochwertiger Erzeugnisse verbunden sind. Oft heisst es bis hoch hinauf in die Bergtäler zu gehen, um die Heilpflanzen im richtigen, vollaktiven Stadium einsammeln und möglichst noch am gleichen Tage verarbeiten zu können. Schonungsvoll, ohne Erhitzung müssen die Extrakte hergestellt werden, auf eine Weise, die es ermöglicht, sämtliche Stoffe auszuziehen, damit sie darin im gleichen Verhältnis vorhanden sind, wie zuvor in der Pflanze selbst. Pflanzen aus andern Ländern, die bei uns nicht wild wachsen, müssen angebaut werden. Auch dies bedarf besonderer Sorgfalt, denn gerade Heilpflanzen sind oft sehr empfindlich, so dass sie nur bei streng biologischen Anbaumethoden gedeihen. Auch haben sie oft Mühe, sich den neuen Verhältnissen anzupassen.

### Lärchenmoos

Wenn im Winter Berg und Tal unter tiefem Schnee begraben liegen, dann ist das Leben für die Tiere in der freien Natur hart. Nicht nur wegen der Mühsale, die Schnee, Eis und Kälte mit sich bringen, sondern vor allem auch wegen der grossen Nahrungsknappheit ist die Winterszeit für die freilebende Tierwelt voller Beschwerden. Kein Wunder daher, dass alles willkommen ist, was irgendwie nährt und kräftigt. Mögen wir Menschen der Neuzeit auch die hilfreiche Wirksamkeit gewisser Moosarten unbeachtet lassen oder überhaupt nicht mehr kennen, dem

Instinkt der Tiere sind sie nicht entfremdet, denn sie wissen ihre Werte noch immer zu schätzen. Zwar liegt leider das Isländische Moos im Winter meist unter dem Schnee versteckt, aber die Natur ist gütig, denn von einzelnen Waldbäumen hängt zur freien Benützung, durch den Schneefall unbeeinträchtigt, die in den Bergen wohlbekannte Usneapflanze herab. Wie ein langer Bart ist dieses Moos anzusehen, weshalb es nicht nur den Namen Lärchenmoos, sondern auch Lärchenbart erhalten hat. Zwar lebt es nicht nur auf den Lärchen, sondern auch auf den



Arven und Tannen, wo überall es als Schmarotzerpflanze geduldet wird, denn was kann ein unscheinbares Moos einem stattlichen Baume schon schaden? Meist sind Schmarotzer nur darauf erpicht, untätig auf Kosten anderer ihre eigenen Vorteile wahrzunehmen. Unser Moos aber, das unter dem lateinischen Namen auch als *Usnea* bekannt ist, gehört nicht zu dieser Art von Schmarotzern, weiss es doch den Vorteil zu nutzen, dass es hauptsächlich auf Lärchenbäumen gedeiht, die besondere heilwirkende Stoffe enthalten, die den anderen Nadelhölzern nicht so reichlich zu eigen sind. Diese Heilkräfte nimmt das Lärchenmoos in sich auf, um sie denen darzureichen, die nach ihm suchen, weil sie seine Werte kennen. Auf alle Fälle sind Hirsche und Rehe dafür dankbar, dass *Usnea* für sie leicht erreichbar ist. In strengen, schneereichen Wintern schwächt der Hunger das Wild oft sehr, weshalb das Lärchenmoos, das bekanntlich die Lungen stärkt, ein wunderbares Mittel ist, um das gesundheitliche Gleichgewicht wahren zu können, denn es verschafft selbst bei Knappheit der Nahrung eine gesunde Widerstandskraft. Dieser Vorteil wirkt sich natürlich auch bei uns Menschen günstig aus. Wenn der Föhn schlechtes Wetter mit sich bringt, ist mancher für gewisse Krankheiten sehr anfällig. Mit *Usnea* können wir daher vor-

Am Lärchenbaum häng ich mit ganzer Kraft,  
Er gibt mir zum Leben den besten Saft,  
Ich gebe ihn weiter auf meine Art,  
Darum er beliebt ist, mein Lärchenbart!  
Ein Moos, das am Baume zur Winterszeit

teilhaft vorbeugen, denn es enthält in Form von Immunitätsstoffen wertvolle Abwehrkräfte. Dadurch kann es sich denn auch bei allen fieberhaften Infektionskrankheiten als sehr nützlich erweisen. Wenn der Bergbewohner, dessen Weg täglich an Lärchen vorbeiführt, regelmässig *Usnea* kaut, wird er sich nie über erkältete Bronchien beklagen müssen, denn dieses Moos befreit sie von manchen Bakterien. Auf diese Weise wirkt sich die unscheinbare Pflanze gewissermassen als natürliches Antibiotikum aus, das seine Vorteile ohne irgendwelche Nachteile frei zu entfalten vermag. Wir können das Lärchenmoos auf Vorrat sammeln und es als Tee verwenden, können es aber auch pulverisieren und es auf diese Weise in Pulverform gebrauchen. Sehr wirksam ist es vor allem auch als Frischpflanzenpräparat. Bei Husten und Katarrhen leistet es als *Usneasanbonbon* vorteilhafte Dienste und ist besonders bei den Kindern beliebt. Es hilft nicht nur den Atmungsorganen, sondern regt auch die Nierentätigkeit an und stärkt bei Blasen-schwäche.

Trotz Unscheinbarkeit gleichwohl hilfreich zu sein, ist bestimmt ein Segen, dem das Lärchenmoos, wenn es denken und sprechen könnte, vielleicht in folgenden Worten Ausdruck verleihen würde:

Herabhängt, wenn alles reichlich verschneit,  
Ist Hilfe und Nahrung am rechten Ort,  
Was frag ich nach Schönheit? In einem Wort,  
Ich fühl mich beglückt, weil helfen ich kann,  
Greif einmal das Leben doch auch so an!

## Die Heiterkeit des Gemütes

Die angeborene Heiterkeit des Gemütes ist ein Geschenk, das günstig auf unsere Lebensführung einzuwirken vermag, denn ein frohgemuter Mensch lässt sich nicht so leicht besiegen, selbst wenn er viele Schwierigkeiten zu bewältigen hat. Aber nicht alle Eltern übertragen ihre bejahende Einstellung, wie erwartet werden könnte, auf ihre Kinder, wenn sie dies auch noch so gerne tun würden. Meist ge-

raten nämlich die einzelnen Kinder in einer Familie ganz verschiedenartig, so dass es tatsächlich als Geschenk bezeichnet werden kann, wenn einem oder mehreren von ihnen die Heiterkeit gewissermassen in die Wiege gelegt wurde. Solche Menschen haben es in der Regel leichter im Leben als jene, die allzu ernst oder gar mürrisch und verdrossen sind. Sie lachen den Tag an, ob er grau und neblig oder