

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 21 (1964)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Huflattich  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-552062>

#### **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>**

anderen, die einen bequemeren Weg einschlagen möchten, schwerfallen, denn viele verzichten lieber auf Besserung und Heilung, um sich keinen Änderungen un-

terziehen zu müssen. Solch eine Einstellung ist allerdings ungeschickt, denn wie kann da geholfen werden?

### Hilfe bei Herzklopfen durch *Lycopus europaeus*

Wolfstrapp nennt der Volksmund die wenig bekannte Heilpflanze *Lycopus europaeus*, die indes sehr wirksam ist. In unserer Gegend findet man sie an einigen Stellen in den Kurfürsten, und zwar bis fast in die Höhe von 1000 Metern. Etwa reichlicher ist ihr Vorkommen in einigen Tälern des Tessins und im Puschlav. Unsere europäische *Lycopus* ist im Gehalt und somit in der Wirkung jener *Lycopus*art, die in Virginia heimisch ist, sehr ähnlich.

Bei einer leichteren Überfunktion der Schilddrüse, einer sogenannten Hyperthyrose und dem damit oft verbundenen starken Herzklopfen ist *Lycopus* ein ausgezeichnetes Heilmittel. Sogar bei starkem Herzklopfen und grosser Nervosität wirken oft schon Dosen von 5 bis 10 Tropfen sehr beruhigend. Wenn schon längst eine Schilddrüsen-Überfunktion vorhanden ist, dann empfiehlt sich die gleichzeitige Einnahme von *Urticalcin*. Bei Patienten, die zu starkem Herzklopfen neigen, wegen Kleinigkeiten aufgeregt werden und einen stark erhöhten Puls bekommen, besteht in der Regel ein gesunkener Kalkspiegel. Oftmals konnte ich bei Patienten, die glaubten schwer herzkrank zu sein, mit *Lycopus* und einer Kalktherapie sehr schöne Erfolge erzielen. Interessant ist auch die Beobachtung, dass der etwas erhöhte Grundumsatz mit *Lycopus* und einer Kalktherapie normalisiert werden kann, wenn zugleich noch ein homöopathisches Meererpflanzenpräparat, wie beispielsweise *Kelp D4*, einge-

nommen wird. Solche Patienten müssen jedoch streng darauf achten, dass sie kein Jodsalz verwenden. Wenn man eine Übererregbarkeit des Herzens, wie sie heute oft auftritt, feststellen kann, dann wendet man ebenfalls *Lycopus* mit *Urticalcin* an, denn auch in diesem Falle wirkt sich die Kombination dieser beiden harmlosen Naturmittel erfolgreich aus. Zwar stellt sich die beruhigende Wirkung in der Regel sehr rasch ein, aber gleichwohl sollte man die beiden Mittel längere Zeit einnehmen, wenn man einen bleibenden Erfolg erzielen möchte.

Was der Kranke noch besonders beachten sollte, ist die Dosierung von *Lycopus*, die er der persönlichen Sensibilität stets anpassen muss, denn das ist äusserst wichtig. Es genügt, wenn sehr sensible Menschen mit grosser Reizbarkeit und Schwäche dreimal täglich 5 Tropfen *Lycopus* einnehmen. Da das Mittel harmlos ist, kann man die täglich dreimalige Einnahme indes je nach Möglichkeit von 5 bis auf 20 oder 30 Tropfen steigern, wenn sich die beruhigende Wirkung nicht vorher einstellt.

Findet der Herzspezialist bei der Untersuchung keine organische Erkrankung vor, wiewohl der Patient glaubt, schwer herzkrank zu sein, dann sollte dieser einmal vertrauensvoll die soeben bekannte Ratschläge beachten, denn *Lycopus* ist bestimmt das gegebene, harmlose Mittel, um die innere Unruhe und das immer wieder auftretende Herzklopfen beheben zu können.

### Huflattich

Wenn der März Einzug hält und der Schnee nur noch vereinzelt den Boden bedeckt, streckt auch schon der bescheidene Huflattich, der auch noch als *Tus-*

*silago* bekannt ist, seine Blütenstengel aus der feuchten Frühlingserde hervor. Diese sind schuppenartig mit kleinen Blättchen bedeckt und als Abschluss

ziert sie ein goldgelbes Blütenköpfchen, mit vielen flachen Strahlenblüten. Wie eine kleine Blumensonnen lächelt das kleine Pflänzchen dem einsamen Wanderer entgegen, der sich daran in gleicher Weise freut, wie an der Frühlingssonne, die ihn ihrer warmen Strahlen wegen ins Freie hinausgelockt hat. Vergebens würde er bei dem Pflänzchen auch noch nach den Blättern suchen, wüsste er nicht, dass diese erst viel später erscheinen, erst, wenn die Blüten bereits ihre Samen gebildet haben. So wird denn der alte Kräuterkenner diese erst im Mai oder Juni sammeln gehen, während er die hübschen Blüten bereits im März und April einheimsen kann. Sie begegnen ihm auf Wanderungen oft scharenweise, denn die Pflanze breitet sich durch unterirdische Ausläufer weitläufig aus, weshalb sie oftmals ganze Plätze bedeckt. Wer die verschiedenen Stellen kennt, wo sie gedeiht, kann in der Regel jedes Frühjahr die Blüten dort wieder finden, denn die Pflanze ist ausdauernd, weil ihre Wurzeln der winterlichen Kälte trotzen. Wenn wir an Fluss- und Seeufern entlang wandern, können wir dem Huflattich begegnen; auch in Kiesgruben hält er sich auf; auf Dämmen und an Rainen mögen wir ihn finden; aber auch im Lehmboden fühlt er sich heimisch und sucht sich gerne ein liches Plätzchen an einem bescheidenen Bächlein aus, wo er

Ein goldnes Blumenköpfchen  
Ich freudig mir erkör,  
Und von dem Tau ein Tröpfchen  
Sich sacht bei mir verlor.—

So freu' ich mich des Lebens,  
Wenn früh die Amsel singt,  
Die Sonne nie vergebens  
Mein kleines Sein durchdringt!

#### In Zürich

erhalten Sie unsere Naturheilmittel (IKS bewilligte) in Apotheken und Drogerien, wo nicht, bei unserem Depositär: Dr. Brum-Antonioli, Lindenhofapotheke, Rennweg 46

sich neben spärlichen Sträuchern reichlich sonnen kann.

Die Blüten besitzen einen heilwirkenden Schleim, Bitterstoffe und Gerbsäure, ebenso verschiedene Vitamine und Fermente. Wenn wir ein Blütenköpfchen abzupfen, um es roh zu essen, hilft uns dieses, den Hals von Schleim zu befreien. Da die Blüte bei Katarrhen gute Dienste leistet, wurde sie von jeher dem bekannten Brusttee beigegeben. Besonders beliebt ist bei den Kindern der Tussilagosirup. Schwächlichen Patienten, denen starke Mittel nicht zuträglich sind, helfen Tussilagotropfen in heissem Honigwasser vorzüglich.

Auch die Blätter, die oberhalb grün, unterhalb jedoch weisslich und filzig sind, können uns bei Erkältungen dienlich sein. Wir legen sie auf die erkältete Brust, bedecken sie mit einem leichten Tuch und lassen die heisse Sonne darauf scheinen. Durch diese einfache Anwendung werden wir viele Giftstoffe ausscheiden können. Bei Schwerkranken mit alten, verhockten Katarrhen, kann man die Blätterauflagen als Kräuterwickel direkt im Bett durchführen. Sie werden auf diese Weise rasche Erleichterung bringen. Die gequetschten Blätter helfen auch bei schlechtheilenden Wunden. Das alles kann der Huflattich mit Blüte und Blatt für uns bewirken und darob beglückt singt er uns sein Frühlingslied:

Aus feuchter Frühlingserde  
Drang ich empor ans Licht,  
Ich tilge viel Beschwerde  
Und kann es lassen nicht!

#### Für Hilfsbuchhaltung

und Patienten-Korrespondenz

suchen wir eine tüchtige Hilfe.

A. Vogel, Teufen AR