

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 24 (1967)  
**Heft:** 12

**Artikel:** Rohe Kartoffeln als Heilmittel  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-553628>

#### 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:** 29.12.2025

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

dienst, dass dieser Mann ein hohes Alter erlangt hatte, ohne je einmal ernstlich krank gewesen zu sein, nicht für sich allein in Anspruch nehmen, denn bestimmt hat er auch sonstwie gesund gelebt und zudem eine gute Grundlage besessen. Aber immerhin wird es seine Richtigkeit haben, dass seine Vorliebe für die erwähnte Wurzel viel zu seinem guten Zustand beigetragen haben mag. Auch Sennen auf der Alp erzählten mir wunderliche Dinge über die Wallwurz, und zwar als Heilmittel bei Wunden, wie auch zum raschen und besseren Heilen bei Beinbrüchen, und dies sowohl beim Menschen wie beim Tier.

Dr. med. Robert Stäger, ein grosser Verehrer der Pflanzenheilkunde, empfiehlt die Wallwurz sogar bei Bluthusten und Blutharn, bei Magengeschwüren, Darmkrankheiten und Durchfällen, ja sogar bei

Weissfluss. Man nimmt in diesen Fällen das Mittel innerlich ein. Bei Quetschungen, verhärteten Brüsten und Unterleibsbrüchen zerreibt man indes die Wurzeln und legt sie in Form eines Breies direkt auf die kranke Stelle. Auch diese Behandlungsart empfiehlt sich als sehr hilfreich.

Zur Zeit, da keine frischen Wurzeln erhältlich sind, kann man sich mit der Tinktur behelfen, indem man einen Wattebausch damit durchtränkt, diesen auflegt und einbindet. Lateinisch heisst die Wallwurz *Symphytum officinalis*. Sie war den alten Landärzten wohlbekannt, war sie doch eines ihrer wichtigsten Pflanzenmittel. Noch heute hat die Pflanze ihre Wirksamkeit nicht eingebüßt, weshalb auch die Wallwurztinktur oder *Sympbosan* in keiner Hausapotheke fehlen sollte.

### **Rohe Kartoffeln als Heilmittel**

Schon oft berichtete ich über die Heilwirkung roher Kartoffeln, und besonders betonte ich dabei die heilende Wirkung von rohem Kartoffelsaft bei Magengeschwüren. Dessen ungeachtet möchte ich aber die Erfahrung einer amerikanischen Farmerin nicht unbeachtet sein lassen, denn sie mag auch andern bei gleichem Leiden behilflich sein. Die Kranke hatte sehr starke Gefässtörungen in den Beinen, so dass diese rot und blau angelaufen und doppelt so dick als in normalem Zustand waren. Der Arzt, obwohl hilflos, war sehr besorgt über die kritische Lage. Nun befolgte die Kranke einen Rat, den sie durch betagte Leute erhielt. Es handelte sich dabei um eine einfache Anwendung roher Kartoffeln, die man in Scheiben von 2 bis 3 mm Dicke schneiden musste, worauf man sie auf das kranke Bein legte und mit Verbandstoff einband. Auf diese Weise war das ganze kranke Bein die Nacht hindurch mit rohen Kartoffelscheiben bedeckt, und zwar erfolgte diese Behandlung jeden Abend für die kommende

Nacht, worauf man am Morgen den Verband löste, um die Kartoffelscheiben, die inzwischen schwarz und trocken geworden waren, wegzunehmen. Nach einigen Wochen waren die Beine zum grossen Erstaunen des Hausarztes wieder normal, denn die Kartoffelscheiben hatten den Brand herausgezogen.

Eine solch einfache Hilfe ist ansprönd, kann sie doch ohne jegliches Risiko zur Anwendung gelangen. Der Versuch wird sich lohnen. Auch mit Auflagen von geraspelten, rohen Kartoffeln kann man erfahrungsgemäss gute Erfolge erzielen. Eine weitere, bewährte Naturheilanwendung finden wir ferner in der Auflage heißer Pellkartoffeln, die man zerdrückt und bei chronischen Entzündungen wie auch bei rheumatischer Erkrankung mit Erfolg verwendet. Auf jeden Fall ist die Kartoffel, besonders auch wegen ihres Vitamin-C-Gehalts nicht nur ein gutes Nahrungsmittel, sondern auch ein vielseitig verwendbares Naturheilmittel.