Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 25 (1968)
Heft: 4

Artikel: Curcumawurzel (Rhizoma Curcumae)
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-552350

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: 09.08.2025

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

Umgekehrt verhält es sich dagegen mit jenen Menschen, die trotz hohem Alter gesund blieben. Forschen wir deren Lebensweise nach, dann können wir in der Regel feststellen, dass sie einfache Gewohnheiten pflegten und vor allem im Essen beherrscht und zurückhaltend waren. Dabei gehören diese gesunden Greise nicht immer zu den stärksten Menschen, die von den Eltern eine robuste Gesundheit hat ererben können. Aber gerade, weil sie dadurch wohl den Wert der Gesundheit beizeiten erkannten, sahen sie sich veranlasst, die gesunden Regeln einer einfachen, bescheidenen Lebensweise zu beachten.

Man braucht keineswegs übertriebene Massnahmen zu ergreifen, um seiner Ernährung eine gesunde Note zu geben. Sollte es wirklich unmöglich sein, den Bedarf an Eiweiss und Fett einzuschränken, so dass er sich um einen Drittel der vorherigen Menge vermindert? Ersetzt man das auf diese Weise ausfallende Eiweiss und Fett mit dem entsprechenden Quantum von Gemüsen und Salaten, dann kann sich diese einfache Änderung bereits segensreich auf unsere Gesundheit auswirken. Doch nicht nur die Einschränkung von Eiweiss und Fett weiss uns unser Körper zu danken, denn auch die starke Verminderung aller künstlichen Süssigkeiten kommt unserer Leber und der Bauchspeicheldrüse zugute.

Wer seine Lebensweise umstellt, bevor er krank ist, indem er beizeiten lernt, Mass zu halten, dem gegenüber wird sich auch die Natur dankbar erweisen. Krankheiten und Siechtum entstehen nicht von heute auf morgen. Anschaulich mag uns dieser Umstand vor Augen treten, wenn wir bedenken, dass auch ein sogenannter Schwamm im Gebälk eines Hauses Jahre, oft sogar Jahrzehnte braucht, bis er das Haus zum Einstürzen bringt. Dieses Bild zeigt uns, wie notwendig es ist, unsere Lebensweise frühzeitig auf einen gesunden Nenner zu bringen, damit Krankheit, Siechtum und Tod nicht bei uns in Verbindung mit Messer und Gabel, also durch ungünstige und üble Essgewohnheiten, in Erscheinung treten müssen.

Curcumawurzel (Rhizoma Curcumae)

Noch selten hat mir die Pflanzenwelt auf einer Insel solch unvergessliche Eindrücke hinterlassen, wie jene auf Java. Gleich anfangs nahm mich der Anblick der riesigen Urwaldbäume gefangen, und auch die Reichhaltigkeit der vielen Palmenarten kann das Herz eines jeden Pflanzenfreundes begeistern. Ueber den Gipfeln der Baumriesen kreisten Vögel mit einer Spannweite unserer Steinadler, aber bei näherem Beobachten wurde man gewahr, dass es sich dabei gar nicht um Vögel, sondern um Riesenfledermäuse handelte. Staunend erwartete ich nun noch weitere Überraschungen.

Im feuchten, moorigen Boden, nahe bei den Lotosblumen, machten uns die Eingeborenen auf eine kräftige Pflanze mit schwertförmigen Blättern und knolligen Wurzeln aufmerksam. Die kleinen Schwertlilienwurzeln sind ihnen ähnlich. In der Eingeborenensprache heisst die Pflanze Temoe Lawak, während sie bei uns unter ihrem lateinischen Namen Rhizoma Curcumae bekannt ist. Von der Heilwirkung der Wurzel halten die Indonesier sehr viel. Es gibt überhaupt für den Asiaten und besonders für den Bewohner von Java keine bessere Pflanze zur Anregung und Verflüssigung der Galle. Alle, die regelmässig von dieser Heilpflanze Gebrauch machen, kennen keine Gallenstörungen, vor allem auch keine Gallensteine. Leider fehlte mir die Zeit genauerer Nachprüfung.

Anwendungsmöglichkeiten

Man reibt die frische Wurzel auf einem rauhen Ziegelstein, beziehungsweise auf einer Tonplatte. Den dadurch entstehenden gelben Pflanzenbrei verwendet man wie eine Ableitungssalbe bei Gefässstauungen, Thrombosen und alten, schlecht heilenden Wunden sowie bei beginnen-

dem Gangrän oder Altersbrand. Das ätherische Öl wie auch der Farbstoff scheinen die Hauptwirkung zu haben, und zwar sowohl bei der inneren wie auch der äusseren Anwendung. Bei Übersäuerung des Magens, also bei Hyperacidität, bei gereizter Schleimhaut, wie auch bei Magengeschwür ist vorsichtiges Dosieren geboten, weil Curcuma eine anregende, gewissermassen leicht reizende Wirkung auf die Magenschleimhäute ausüben kann.

Das in Indien sehr bekannte, scharfe Curry-Gewürz enthält einen wesentlichen Prozentsatz Curcumapulver, wovon die stark gelbe Farbe dieses Gewürzes herrührt. Man kann Curry in kleinen Mengen jeder Gewürzmischung beifügen, und man erreicht damit eine wunderbare, gesundheitliche Wirkung. Dies gilt aber nur dann, wenn man den homöopathischen Grundsatz beachtet, indem man mit einem kleinen Reiz arbeitet, um anzuregen, während grosse Reize zerstören würden.

Schöllkraut (Chelidonium majus)

Wenn wir an einer alten Burgmauer vorbeigehen, werden wir ziemlich sicher zwischen den Ruinen das gelbblühende Schöllkraut antreffen. Der bekannte Maler Albrecht Dürer hat in einem seiner Pflanzenbilder das Schöllkraut ausnehmend gut dargestellt, indem er es wirklich typisch naturalistisch wiedergegeben hat. Botanisch gehört die Pflanze zu den Mohngewächsen. Genau wie die Kapsel des Schlafmohns enthält auch das Schöllkraut einen Milchsaft, nur ist dieser gelb, während der Schlafmohn einen weissen Milchsaft aufweist.

In der Schweiz nennt man das Schöllkraut auch noch Warzenkraut, denn es ist auf dem Lande seit Jahrhunderten üblich, den gelben Milchsaft auf Warzen zu tupfen, wodurch sie tatsächlich verschwinden können, weshalb der zusätzliche Name nicht unangebracht ist. Doch auch beim Hautkrebs wirkt Schöllkraut ausgezeichnet, und zwar äusserlich angewandt wie bei den Warzen. In der Hinsicht kann sich das Schöllkraut mit einem Konzentrat aus der Petasiteswurzel messen, denn beide wirken bei Hautkrebs äusserlich gleich stark.

Ein altbewährtes Volksheilmittel ist auch der frische Schöllkrautwein, da er gallentreibend wirkt. Man verwendet dazu frisches, blühendes Schöllkraut mit der Wurzel, indem man die ganze Pflanze zerkleinert und in Weisswein einlegt. Wenn man dreimal täglich einen Kaffeelöffel von diesem Wein einnimmt, erreicht man dadurch sowohl eine gallenfördernde als auch spasmolytische Wirkung. Dieser Chelidoniumwein verliert ungefähr nach einem halben Jahr seine starke Wirkung. Mit 20 Tropfen Frischpflanzentinktur in warmem Wasser eingenommen, kann man die gleiche Wirkung erzielen. Nach den schlimmen Erfahrungen mit Thalidomid fing man in Amerika an, dem Chelidonium eine ähnliche Wirkung nachzusagen, wiewohl man diese Behauptung nicht beweisen konnte. Wahrscheinlich sollte die Pflanze den Sündenbock spielen, um die Aufmerksamkeit von der schlimmen Wirkung des erwähnten chemischen Mittels abzulenken.

Leserkreisbericht aus den Tropen

Dass auch in den Tropen Naturheilmittel und natürliche Anwendungen sehr geschätzt sind, bestätigt uns der kürzlich eingetroffene Bericht von Frau K. aus Quito in Ekuador. Sie schrieb unter anderem wie folgt :

«Ich wollte Ihnen schon lange schreiben, wie gut unsere Kinder auf Ihre Medikamente reagieren. Kornelia, die so häufig unter Angina litt, hat seit fast einem Jahr keine Angina mehr bekommen, nachdem ich sie zweimal mit Molkosan und Echinaforce behandelt habe. Bei jeder Infektionskrankheit verwende ich Ihre Mittel,