Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 25 (1968)
Heft: 6

Artikel: Schafgarbe, Achillea millefolium
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-552727

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: 13.12.2025

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

Meerzwiebel, Scilla maritima

Als ich vor Jahren in Griechenland weilte, spazierte ich in Elysium dem Meere entlang, indem ich der Verladung von Bauxit auf einen deutschen Dampfer zuschaute. Gleichzeitig bemerkte ich zwischen den Steinen die hohen, nackten Blütenstengel echter Meerzwiebeln. Die blätterlosen Blütenstengel werden bis 1 m hoch und sehen in ihrem kahlen Zustand wie kleine Besen aus. Diese echte Meerzwiebel gleicht unserer unechten, die im Volksmund früher unter der Bezeichnung Heilzwiebel bekannt war. Heute fragt man ihr wenig mehr nach, denn bei dem Andrang chemischer Mittel glaubt man ohnedies ohne solche unscheinbare Naturmittel auskommen zu können. Man könnte sich zwar noch täuschen, denn kleine Holzsplitter und Dornen, die unter die Haut dringen und sich im Fleisch verstecken, sind oft schwer zu entfernen und konnten schon beträchtliches Unheil anrichten. Heilzwiebeln sind heute meist nur noch vereinzelt auf dem Lande anzutreffen und im Gebrauch. Sie wachsen jedoch nicht im Freien. Wer sie im erwähnten Falle anwendet, indem er ein Stücklein des schleimigen Blattes quetscht und auflegt, kann sich nach einiger Zeit des Splitters entledigen, denn die Heilkraft der Pflanze schafft ihn heraus. Auch schlecht heilende Wunden, Schürfungen, Quetschungen und Geschwulste können durch Auflagen dieser Heilzwiebel behoben werden.

Anders wirkt sich die Heilmöglichkeit der echten Meerzwiebel aus. Diese liebt die feuchte, salzige Meerluft, und man trifft sie in fast allen Küstengebieten des Mittelmeeres an. Die Scilla ist im Altertum schon gegen Wassersucht und Herzkrankheiten angewendet worden. Auf das Herz wirkt die Zwiebel ähnlich wie Digitalis, jedoch weniger stark. Bei Wassersucht bewährt sie sich sehr gut, wenn man sie richtig zu dosieren versteht. Während die erwähnte Heilzwiebel, also die unrichtige Meerzwiebel, völlig harmlos ist und demnach keine Gefahren in sich birgt, ist es nicht ratsam, die Scilla maritima selbst zur Medizin zuzubereiten, da sie an sich giftig ist. Sie kann uns daher nur durch die richtige Dosierung dienlich sein, weshalb wir uns die Tinktur beschaffen sollten und uns an die vorgeschriebenen Tropfen halten müssen.

Auch bei Herzwassersucht findet man erfolgreiche Hilfe durch die Meerzwiebel, und zwar in Verbindung mit Maiglöckchen. Die Kombination beider Pflanzen hat sich bei der erwähnten Erkrankung vorzüglich bewährt, nur muss auch da die richtige Dosierung unbedingt beachtet werden, weshalb es nicht angebracht ist, sich der beiden Pflanzen nach eigenem Gutdünken zu bedienen, um sich eine geeignete Kombination zu beschaffen. Diese finden wir jedoch im Convascillan empfehlenswert verwirklicht.

Schafgarbe, Achillea millefolium

Überall, wo der Boden durch chemische Düngmittel noch nicht verdorben ist, findet man die Schafgarbe mit ihren feingegliederten Blättchen und der schönen Blütendolde, die entweder weiss oder rosa ist, je nach der weissen oder rötlichen Farbe der Blütenblättchen. Vom Tiefland bis hinauf in die einsamen Bergtäler trifft man die Schafgarbe bis auf eine Höhe von 900 m an.

Auf dem Lande verwendet man die feinen, gefiederten Blätter so lange sie jung und zart sind, indem man sie feingeschnitten unter den Salat mengt. Dies verleiht ihm nicht nur einen guten, verfeinerten Geschmack, sondern auch eine gewisse heilsame Wirkung, da die Schafgarbe bekanntlich ein Heilkraut ist. Es handelt sich dabei vorwiegend um ein Frauenmittel. Da die Pflanze über eine antispasmolytische Wirkung verfügt, kann sie die Krampfbereitschaft und somit auch die Krämpfe während der Periode vermindern. Auch als Kreislaufmit-

tel ist die Schafgarbe in der Praxis wohlbekannt, wiewohl die Wissenschaft noch keinen genauen Beweis dafür erbringen konnte. Die leichten Bitterstoffe wirken als Tonikum und vermögen auch den Appetit anzuregen. Ein Absud der Schafgarbe dient besonders den Frauen als vorteilhaftes Bademittel. Findet man keine Gelegenheit, sich zur Teebearbeitung frische Schafgarbe zu beschaffen oder besitzt man keinen Vorrat an getrockneten Pflanzen, dann kann man sich auch vorteilhaft des Schafgarbenextraktes bedienen, um dem Vollbad eine heilsame Wirkung zu beschaffen. Bekanntlich ist die Schafgarbe auch ein Bestandteil von Hyperisan, da sie sich in dieser Kombination besonders günstig auszuwirken vermag.

Aus dem Leserkreis

Hilfeleistung
zur Regelung des Blutdruckes

Ein mit uns befreundeter Schweizer berichtete uns kürzlich aus Peru über eine erfreuliche Erfahrung mit dem Weissdornpräparat Crataegisan. Seine Erzählung lautete wie folgt: «Wir kennen hier in Lima eine sehr nette Frau, die an einem ziemlich hohen Blutdruck litt. Ohne Behandlung hielt sich der Druck dauernd auf 200 und konnte bisweilen bis auf 220 ansteigen. Dem dadurch sehr belasteten Herzen musste die Patientin mit Herzmitteln nachhelfen. Sie nannte ein solches humorvoll den Tiger im Tank, da sie dadurch doch immer wieder kurze Erleichterung hatte und daher mehr Lebensenergie verspürte. Das beste blutdrucksenkende Mittel, das ihr einer der vielen Ärzte, die sie konsultiert hatte, verschrieb, senkte ihren Druck auf ungefähr 170 herunter, was bei ihren 60 Lebensjahren immer noch nicht wenig war. Viele Jahre lang war dieser relativ hohe Druck ihr günstigster Blutdruck, und sie hatte sich schon damit abgefunden, als ich ihr kurz vor ihrer Abreise nach Caracas 50 g Crataegisan übergab, damit sie dieses Mittel doch einmal versuchen konnte.

Kürzlich traf ich, nach dreiviertel Jahren, diese Frau wieder in Lima an, und sie erzählte mir, dass sie nicht mehr unter hohem Blutdruck leide, denn ihr durchschnittlicher Druck betrage tagsüber 140 und morgens beim Aufstehen sogar nur 110. Seit längerer Zeit nimmt sie überhaupt kein Mittel mehr, auch kein Crataegisan, das ihr ja inzwischen ausgegangen war. Trotzdem konnte sie ihren Blutdruck auf 140 halten, ohne nachzuhelfen. Gleichwohl schenkte ich ihr nochmals ein Müsterchen Crataegisan, damit sie für alle Fälle doch einen Tiger im Tank habe. Für Sie sind dies ja keine Neuigkeiten, aber ich dachte mir, es würde Sie freuen, davon zu hören. Für uns selber ist es die überzeugendste Reklame, die wir uns vorstellen können.» Jawohl, das stimmt schon, denn alles Hilfreiche, das sich ohne den Nachteil einer Schädigung erweist, empfiehlt sich von selbst.

Zufolge Verheiratung der bisherigen Stelleninhaberin wird bei uns der Posten einer

1. Verkäuferin

und Stellvertreterin der Geschäftsleitung frei. Der Posten erfordert weitgehende Branchenkenntnisse, Verantwortungsbewusstsein und freudigen Einsatz. Die Bewerberin muss befähigt sein, stellvertretend das Geschäft selbständig zu führen. Gründliche Einarbeit in neuzeitlich gestaltetem Geschäftslokal und grosse Selbständigkeit wird zugesichert.
Schriftliche Anmeldung mit Angabe des Bildungsganges und Lohnanspruches erwünscht.

Reformhaus Basig, Chur
Poststrasse 19 . Telefon (081) 22 01 77

Biochemischer Verein Zürich

Restaurant Rütli, Zähringerstrasse 43

Mittwoch, den 19. Juni 1968, 20 Uhr,
Vortrag: **Durch die Tat zur Lebensfreude.**

Einen guten Besuch erwartet der Referent, Herr Meister, und der Vorstand.