Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 25 (1968)
Heft: 8

Artikel: Sinseng, Panax Ginseng
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-553098

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

Ginseng, Panax Ginseng

Als ich das erste Mal in Korea weilte, fiel mir auf, dass uns alle koreanischen Familien, die wir besuchten, den genau gleich schmeckenden Tee vorsetzten. Wir kamen dann auch auf dieses Getränk und seine Wirkung näher zu sprechen und erhielten dabei die Erklärung, dass es sich um Yimseng handle. Dabei wird die Ginsengwurzel als Tee verwendet. Manches Geschichtchen wussten unsere Gastgeber von der günstigen Wirkung dieses Tees zu berichten. Im stillen dachte ich mir, wenn nur die Hälfte der Erzählungen stimme, dann müsse es sich um ein wahres Wundermittel handeln. Was ich mir besonders gut einprägte, war die Behauptung, dass das regelmässige Einnahmen des Tees ein langes Leben ermögliche, und dass dies ihrer Ansicht nach besonders vom Umstand abhänge, eine gute Ginseng zur Verfügung zu haben. Je älter die Wurzel, die man verwendet, um so grösser ihre Kraft. Im Urwald gibt es 100 bis 200 Jahre alte Ginsengpflanzen, und wenn man sich eine solche beschaffen kann, dann soll man dadurch sehr alt werden und gesund bleiben können, vorausgesetzt allerdings, dass man gleichzeitig einen normalen Lebenswandel führt. Begreiflicherweise tranken wir den Tee nun mit doppelter Wertschätzung, und ich fühlte mich tatsächlich sehr wohl und frisch dabei. Ob dies infolge der anspornenden Erzählung war, oder ob ich mich durch den täglichen Genuss dieses Tees gestärkt fühlte, kann ich nicht mit Bestimmtheit sagen.

Auch in Ärztekreisen misst man der Ginsengwurzel in Korea grosse Bedeutung bei. Ein lieber Freund, der kürzlich als Arzt zu wirken begann, weil er seine Studien beendet hatte, versicherte mir mit voller Überzeugung, dass die Ginsengwurzel sein volles Vertrauen verdiene. Desgleichen liess auch sein Vater, der als bewährter Arzt in Seoul tätig ist, an der Pflanze keinerlei nachteilige Kritik üben. Später kam ich in Siam mit einem chinesischen Händler zusammen, der besonders grosse Ginsengwurzeln feilbot und im Engrosverkauf für 1 kg Fr. 600.— verlangte. Das war allerdings zu einer Zeit, als die Wurzel in Europa noch nicht allgemein bekannt war. Später erhielt dann die Anpflanzung einen Aufschwung, auch fingen unehrliche Händler an, ähnliche Wurzeln als Ginseng zu verkaufen. Ich sah mich daher vor und liess meinen Ginsengbedarf durch meine koreanischen Freunde kommen und von diesen ist einer sogar beruflich ein Sammler.

Ginseng ist in China und Korea schon seit vielen Jahrhunderten eine bewährte Heilpflanze. Die Ärzte empfehlen und verwenden sie dort, aber gleichwohl hat man sich weder in Europa noch in Amerika gross um deren Erforschung bekümmert. Es ist aber nicht abzustreiten, dass sie eine ausgezeichnete Wirkung auf das Nervensystem besitzt. Man ermüdet durch den Genuss von Ginseng nicht so leicht, hält bei grossen Anstrengungen länger durch, und was sehr wichtig ist, Ginseng hilft auch vorzüglich gegen Depressionszustände. Da es die Keimdrüsen anregt, wirkt es über diese Drüsen auch gegen zu niedrigen Blutdruck, die sogenannte Hypotonie. Ginseng hat den grossen Vorteil, dass es völlig harmlos ist. Aus diesem Grund kann man es auch Kindern und überempfindlichen Personen verabreichen. Die Kombination mit Avena sativa, dem Saft der blühenden Haferstaude, hat sich sehr gut bewährt. Dieses nervenstärkende Mittel ist unter der Bezeichnung Ginsavena erhältlich.

In Bern erhalten Sie alle Naturheilmittel von A. Vogel bei :

Apotheke Noyer, Bollwerk 19, Telefon 22 54 64

Drogerie Walther, Kornhausplatz 11, Telefon 22 10 89