

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 26 (1969)
Heft: 1

Artikel: Wallwurz, Beinwell, Symphytum officinale
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-969218>

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: 08.02.2026

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

Rückständige Zusammenhänge

Bei den Naturvölkern sind es die Medizinhäuser, die den Kräuterschatz kennen, ihn hoch bewerten und in der Regel äusserst geheim behalten. Ihre Heilmethoden sind indes meist mit Hokuspokus und Dämonismus vermischt. Ob sie selbst daran glauben oder nicht, ist unsicher, aber wie dem auch sei, so scheint ihnen dieser Zauber doch allzu sehr im Blut zu liegen, als dass sie gewillt wären, ihn abzuschaffen. Auch besitzen sie durch ihn eine gewisse Macht über die Bevölkerung, die Zuflucht zu ihnen nimmt. Aus ganz alten Kräuterbüchern, die wir besitzen mögen, geht hervor, dass auch bei uns die Kräuter- und Volksheilkunde mit bedenklich starkem Aberglauben vermischt war. Gewisse Kräuter waren zwischen 12 und 1 Uhr nachts zu kochen, und während des Umrührens musste man ganz bestimmte Sprüchlein hersagen, weil man der Ansicht war, dass die Wirkung nur auf diese Weise zur Geltung kommen könnte. In einzelnen Bergtälern Europas mögen infolge Abgeschiedenheit noch immer solch rückständige Sitten herrschen. Ja es gibt sogar unter jenen, die auf dem Lande als Heilkundige gelten, heute noch solche, die sich der Magie bedienen und somit einem gewissen Dämonismus erliegen, was vielleicht einem Mangel an genügenden Fachkenntnissen zuzuschreiben ist. Auch unter dem Volk selbst mögen noch gewisse gewohnheitsmässige Gebräuche aus früheren Zeiten üblich sein, und zwar im Zusammenhang mit den Heilkräutern, wennschon der moderne Einfluss sie mehr und mehr aus dem Leben der einzelnen verdrängt hat.

Die heutige Phytotherapie

Das will nun aber nicht sagen, dass dieserhalb auch die Kräuterheilkunde verschwinden müsste. Nein, im Gegenteil, denn sie ist heute auf einem streng wis-

senschaftlichen Boden erneut zu vermehrtem Ansehen gekommen. Dies war möglich, weil moderne Unternehmungsmethoden zur Verfügung standen. Mit ihrer Hilfe hat man die Wirkstoffe unserer Heilpflanzen gefunden und sogar rein dargestellt. Aus diesem Grunde wissen wir heute nicht nur, dass eine Pflanze Heilwirkungen aufweist, sondern auch warum dem so ist. Man konnte auch mehr eine Sichtung durchführen. Man prüfte die Behauptungen alter Kräuterbücher betreffs der Heilwirkungen, die man den einzelnen Kräutern zuschrieb und fand sie bestätigt oder auch nicht. Dadurch kann man heute alles ausschalten, was nicht stichhaltig ist.

Bekanntlich bezeichnet sich die heutige moderne Kräuter- oder Pflanzenheilkunde als Phytotherapie. Diese besitzt unter den Ärzten immer mehr Anhänger, denn die Risiken, die mit der Chemotherapie verbunden sind, passt vielen von ihnen nicht mehr. Sie möchten lieber sicher gehen und haben sich deshalb zu biologischem Denken umgeschult, weshalb sie auch die Ganzheitsmedizin der Schulmedizin vorziehen. Aus diesem Grunde bedeutet ihnen auch die Phytotherapie mit ihren neuen Forschungsergebnissen auf dem Heilpflanzengebiet eine willkommene Bereicherung. Sowohl Ärzten wie auch Laien, die sich für die Pflanzenheilkunde näher interessieren, steht heute ein neues Heilpflanzenbuch zur Verfügung. Es nennt sich «Moderne Pflanzenheilkunde» und ist von dem bekannten Spezialisten für Phytotherapie Dr. med. R. F. Weiss verfasst. Manchem wird der Inhalt und die Zusammenstellung dieses Buches willkommene Hilfe bieten und daher bei Freunden der Pflanzenheilkunde lebhaften Anklang finden. Um diesen dienlich zu sein, haben wir uns für die Schweiz einige Exemplare zugelegt. Das Buch umfasst 252 Seiten und kostet Fr. 10.50.

Wallwurz, Beinwell, *Sympyton officinale*

Wenn ich über die Wallwurz Auskunft geben muss, oder wenn mir diese Pflanze

sonstwie in den Sinn kommt, erinnere ich mich jeweils unwillkürlich einer ein-

drucksvollen Begebenheit in den Appenzeller Bergen. Dies war vor vielen Jahren, als noch keine Bergbahnen fuhren. Ich hielt mich beim Kräutersammeln oft im Alpsteingebiet auf und begegnete bei dieser Gelegenheit ziemlich regelmässig einem Maultertreiber. Einmal wurde ich nun gewahr, dass eines seiner Maultiere mit einem Bein lahm ging. Es war zwar nicht sehr beträchtlich, aber dennoch behinderte der Schaden das Gehvermögen des Tieres. Als nun aber nach einiger Zeit dieses Maultier wieder völlig geheilt war, liess ich mich mit dem Treiber in ein Gespräch ein, denn ich wollte wissen, wie die Heilung zustande gekommen war. So erfuhr ich denn, dass das Tier einige Nächte hindurch eine Auflage von gequetschten Wallwurzeln erhielt, wodurch das kranke Hinterbein wieder völlig gesund wurde, während es doch zuvor wochenlang behindert war, so dass das arme Tier dieses Bein nur noch nachziehen konnte. Als ich auf diese Weise die günstige Wirkung von Wallwurz erneut bestätigt erhielt, fing ich je nach Gelegenheit an, deren Heilkraft vermehrt auszuwerten. Ich fand auch, dass bei den Bauern diese Pflanze schon lange zu Heilzwecken zugezogen wurde, und zwar sowohl für die eigene Familie wie auch für die Tiere, denn sie hatte sich immer als beliebtes Heilmittel bewährt. Kein Wunder, dass dieser Wallwurz in manchen Bauerngärten ein Plätzchen zugesichert wurde und auch kein Wunder, dass ihr der Volksmund noch zusätzlich den Namen Beinwell gab, denn nicht nur das Bein des erwähnten Maultiers fand rasche Heilung, auch viele Menschen wandten die gequetschten Wurzeln stets erfolgreich für ihre erkrankten Beine an. Bei Beingeschwüren, ja sogar bei chronischen Eiterungen ist Beinwell das beste phytotherapeutische Mittel, weshalb der Name Beinwell auch dieserhalb seine Berechtigung hat. Unsere Vorfahren prägten ihn und er hat sich seiner Wirkung wegen bis heute erhalten.

Vielseitige Anwendungsmöglichkeiten

Für uns ist es vor allem sehr interessant, erfahren zu können, dass die wissenschaftliche Forschung den Stoff, der zur raschen Heilung führt, gefunden hat. Es handelt sich dabei um das Allantoin, das bei der Heilung offener Beine und anderer Geschwüre eine Hauptrolle spielen soll. Damit ist aber die Wirksamkeit von Wallwurz noch keineswegs erschöpft, denn auch bei Venenentzündung und sogar bei einer Thrombophlebitis wirken Wallwurzumschläge ausgezeichnet. Be merken wir blutunterlaufene Stellen, bekannt als Hämatome, dann sollten wir ebenfalls zu Wallwurz greifen, weil Auf lagen damit eine rasch wirkende Hilfe sind. Wer unter chronischem Gelenkrheuma und beginnender Arthritis leidet, kann sich ebenfalls mit Wallwurz die besten Dienste leisten. Abwechslungs weise können wir die so hilfreiche Pflanze auch Symphytum nennen, denn dies ist ihr lateinischer Name, und dieses Symphytum hat noch eine weitere Tugend, die wir nicht vergessen dürfen, denn es lindert selbst auch die Schmerzen einer alten, unheilbaren Gicht. Wer frische Wurzeln zur Verfügung hat, kann diese raffeln und den schleimigen Brei direkt auf ein doppeltes Stück Tuch legen, um damit die kranke Stelle zu bedecken. Solche Breiauflagen wirken wunderbar. Wer keine frischen Pflanzen im Garten wachsen hat, behelfe sich mit der Frischpflanzentinktur oder mit Sym phosan. Zu diesem Zweck giesst man von der schleimigen Tinktur auf einen Wattebausch, worauf man diesen auf die kranke Stelle legt. Handelt es sich um Rheuma- oder Gichtschmerzen, dann reibt man die kranke Stelle mit Sym phosan solange ein, bis sie schön warm und durchblutet ist.

Man kann Symphosan indes auch innerlich einnehmen, und zwar vor allem bei Magen- oder Darmkatarrh. Auch bei Schnupfen ist Symphosan eine vorzügliche Hilfe, wenn man einen kleinen Wattebausch, den man mit Symphosan getränkt hat, in die Nase steckt. Da Sym phosan auf die Haut verjüngend ein

wirkt, kann das Mittel auch kosmetische Anwendung finden. Ausgetrocknete Haut wird durch Einreiben mit Symphosan geschmeidig. Auch zur Pflege grossporiger Haut eignet sich Symphosan gut, wie auch zum Vertreiben frühzeitiger Runzeln. Angenehm wirkt sich Symphosan bei der Massage aus. Es mildert auch die peinigenden Neuralgieschmerzen wesentlich. Bei längerer Anwendung kann die Haut durch Symphosan sehr fein und geschmeidig werden. Es wird schwer sein, einen anderen pflanzlichen Stoff aufzutreiben, der die gleich vorteilhafte Wirkung aufweist wie Symphytum

Verschiedene Wallwurzarten

Die kräftigste Art von Symphytum ist jene, die als sibirische bezeichnet wird. Diese kann über einen Meter hoch werden. Ihre Wurzeln enthalten äusserst viel Schleim und andere Gehaltsstoffe. Symphosan wird aus dieser sibirischen Wallwurz hergestellt. Es ist durch Quittenkerneschleim und Schleimstoffe verschiedener Flechtearten noch verstärkt, wodurch es weitere Vorzüge aufweist.

Das will nun aber nicht sagen, dass nicht auch die gewöhnliche Wallwurztinktur vorzügliche Dienste leistet. Wer in seinem Garten noch ein freies, verlassenes Plätzchen besitzt, wird es nicht bereuen, wenn er dort einen Wallwurzstock anpflanzt, denn wenn er einen solchen zur Verfügung hat, kann er, wie anfangs erwähnt, die frische Wurzel bei verschiedenen Notfällen zu Auflagen verwenden.

Nach Professor Hegi gibt es etwa 20 verschiedene Wallwurzarten. Einige von diesen werden als Futterpflanzen für das Vieh angebaut. Während das wildwachsende Symphytum von den Tieren gemieden wird und auch für uns nicht so günstig ist, so dass es schon aus diesem Grunde vorteilhaft ist, eine der bevorzugten Arten im eigenen Garten anzupflanzen, wenn wir uns nicht nur an die Tinkturen halten wollen, da dies einfacher für uns sein mag. In Amerika verwendet man mit Vorliebe die Blätter der günstigen Wallwurzarten zur Bereitung von Salaten, doch ist die Wurzel der Pflanze zu Heilzwecken wirkungsvoller.

Aus dem Leserkreis

Die Rubia- oder Färberwurzel bewährt sich

Interessant ist der Bericht von Frau L. aus F., der im letzten Mai bei uns einging. Er lautet: «Wieder einmal muss ich an Sie schreiben, und zwar aus Dankbarkeit. Ihre Rubiaforce-tabletten haben zum zweiten Mal ein grosses Wunder bei mir bewirkt. Wieder standen mir Nierenkoliken kurz bevor. Das Wasser ging schon bald zwei Tage nicht mehr ab. Da griff ich wieder nach meinen Rubia-tabletten und machte sieben Tage eine Kur damit. Ich muss sagen, mein Nierenarzt, zu dem ich nach der Kur ging, war begeistert von der Wirkung. Bei der Nachuntersuchung verriet ich ihm, dass ich eine Rubiakur gemacht hatte. Er klopfte mir auf die Schulter und sagte: „Frau L., wenn Sie Rubia haben, das kenne ich gut, dann haben Sie ein sehr gutes Hausmittel.“ Natürlich war ich froh,

dass das Mittel bei ihm nicht unbekannt war. Mein Hausarzt hatte es nicht gekannt. Dr. N., der Urologe, ist sehr zufrieden mit meinen Nieren.»

Es ist begreiflich, dass nach solchem Erfolg auch die Patientin sehr zufrieden war. Wie einfach ist doch die Anwendung solch ungefährlicher Naturmittel, bei denen man keine nachteiligen Nebenwirkungen befürchten muss. Manchen unliebsamen Schwierigkeiten könnte man dadurch vorbeugend begegnen, sie also verhindern, weshalb sie aus diesem Grunde stets empfehlenswert sind.

Biochemischer Verein Zürich

Einladung zur Generalversammlung, Mittwoch, den 15. Januar 1969, um 20 Uhr, im alkoholfreien Rest. «Rütli», Zähringerstr. 43. Wir beeihren uns, Sie zur Generalversammlung einzuladen. Auf ein zahlreiches Erscheinen hofft gerne der Vorstand