

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 27 (1970)  
**Heft:** 6

**Artikel:** Goldrute, Solidago virgaurea  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-969618>

### **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:** 23.02.2026

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



hen, um sie vor den Ratten zu schützen. Auf diese Weise können sie nicht zu den Kokosnüssen gelangen und uns ihrer berauben. Glücklicherweise besitzen wir noch Humor, weshalb wir von unseren Palmen sagen, sie seien jetzt alle verheiratet, weil sie mit metallenen Eheringen versehen seien. Noch schlimmer als Ratten und Insekten plagt uns aber jener bedenkliche Umstand, dass die Weissen unsere Frauen und Mädchen verdorben haben. Wir haben schwer, uns mit dieser Tatsache abzufinden, und wir stellen fest, dass die weisse Rasse, die doch im Einklang mit den Grundsätzen der Bibel leben sollte, durch widersprechende Religionsansichten davon abgewichen ist. Ihre verwerfliche Handlungsweise erschüttert uns. – Neuerdings sind sie jedoch noch mit anderen Gefahren herangerückt, und wir wissen nicht, wie wir uns dagegen schützen können. Die Atombombenversuche haben uns durch die Luft und das Regenwasser nicht nur radioaktives Material gebracht. Mit Recht fürchten wir uns davor, in gewissen Gewässern zu fischen, denn die Fische sind vergiftet. Wenn grössere Fische, die in unsere Gewässer schwimmen, sich von diesen vergifteten Fischen nähren, nehmen auch sie die Radioaktivität in sich auf. Wir aber sind auf die Fische als unsere Haupteisweissquelle angewiesen.» Als ich mich nach den Folgen dieser Umstände erkundigte, erklärte mir mein Freund: «Wir fühlen uns nicht mehr wohl und schlafen unruhig. Einige leiden an Durchfall und Erbrechen, und wenn wir mit dem Was-

ser in Berührung kommen, brennt und beisst unsere Haut sehr eigenartig, so dass wir uns genötigt sehen, das Meerwasser einige Zeit zu meiden. Wenn noch weitere Versuche dieser Art in unserer Nähe durchgeführt werden, fürchten wir um die Zukunft unserer Kinder. Dabei sind wir völlig machtlos. Den einzigen Ausweg sehen wir im Eingreifen Gottes. Wenn er nicht Einhalt gebietet, wissen wir nicht, was werden soll!»

Während unseres ernstesten Gesprächs waren wir um die Insel herumgewandert, begleitet von einem der aufgeweckten, braunen Kinder. Etwas Besonderes schien diesen behenden Knaben zu bewegen, und er war glücklich, mir daher zeigen zu können, wie das Meer auf der einen Seite die Insel frisst, während sich diese auf der anderen Seite geschickt wieder vergrössert. Das hat zur Folge, dass sie eigentlich langsam immer etwas wandert. Die abfallenden Samen sorgen dafür, dass der neue Teil wieder mit Kokospalmen und all den anderen Pflanzen bewachsen wird. Wahrlich, die Natur arbeitet unter göttlichen Gesetzen wunderbar, wenn der Mensch diesen Werdegang nicht stört. Eine unbewohnte Insel verbreitet weder schlechte Gerüche, noch belästigt sie das Auge durch hässliche Abfallstätten oder achtlos weggeworfenen Unrat. Wie soll sich der Mensch von den Lasten, die er sich durch unglückseliges Streben auflud, wieder befreien? – Mein polynesischer Freund auf der fernen Insel vertritt einen hoffnungsvollen Ausweg, den auch wir nicht ablehnen sollten.

### Goldrute, *Solidago virgaurea*

In unseren lichten Wäldern begrüßen uns da und dort einige der stattlichen Goldruten, doch finden wir die Pflanze auch im Gebirge bis auf 2500 m Höhe hinauf, nur ist sie dort von kleinerem Wuchse und meist etwas verzweigter. In Talgegenden und im Hügelland dagegen gruppieren sich die schönen, goldgelben Blüten meist rund um den stattlichen Stengel herum, so angeordnet, dass die Pflanze

wirklich wie eine goldene Rute aussieht. Seit Jahrhunderten ist die Goldrute als eines der wirksamsten Nierenmittel bekannt. Allgemein betrachtet man sie in ihrer Wirksamkeit sogar als das beste Mittel, um die Niere in ihrer Tätigkeit anzuregen und auch zu reinigen. Bis ins Mittelalter zurück reichen die Berichte, die uns bestätigen, dass die Goldrute auch da noch hilft, wo andere gute Nierenmittel



bereits versagten. Sogar bei einer beginnenden Nierenschrumpfung darf man dieser Pflanze, die in lateinischer Sprache als *Solidago virgaurea* bekannt ist, noch eine günstige Wirkung zutrauen. Es gibt daher selten ein gutes Komplexmittel für die Niere, ohne dass *Solidago* einen wesentlichen Anteil daran hätte. Aus diesem Grunde fehlt diese Pflanze auch in dem bewährten Nephrosolid nicht.

Die Goldrute besitzt allerdings noch einen anderen Namen, und zwar Heidnisch Wundkraut, denn die Pflanze geniesst seit alten Zeiten auch noch einen guten Ruf als Wundheilmittel. Noch heute sollte man sich dieser Wirksamkeit im Notfall bedienen, denn wenn man einen Wattebausch, den man mit *Solidago*tinktur getränkt hat, auf eine Wunde legt, heilt sie doppelt so schnell. Dies ist ebenso der Fall, indem man statt der Tinktur gequetschte Blätter und Blüten der zuvor gut gereinigten frischen Pflanze zum gleichen Zwecke gebraucht.

Interessant ist der Umstand, dass *Solidago* niemals reizt, auch dann nicht, wenn man grössere Mengen einnimmt. Man kann dieses Mittel daher auch in äusserst empfindlichen und ganz heiklen Fällen anwenden. Aus diesem Grunde eignet es sich

auch ohne Bedenken zum Gebrauch bei Kleinkindern. Noch ist nicht festgestellt, worauf die gute Wirkung dieser Pflanze zurückzuführen ist. Vielleicht beruht sie auf dem Gehalt von Saponinen, von Bitter- oder Gerbstoffen. Auch ätherische Öle sind in bescheidenem Masse vorhanden und könnten nebst anderen noch nicht bekannten Stoffen an der guten Wirksamkeit mitbeteiligt sein. Es mag auch der Gesamtkomplex vieler Naturstoffe sein, dem wir die vielen Heilerfolge zu verdanken haben, denn noch bei manchen anderen Pflanzen ist dieses glückliche Zusammenspiel der Stoffe ausschlaggebend.

Als wir vor Jahren einmal auf der Suche nach *Solidago* waren, erhielten wir von einer Bekannten den Hinweis, dass an einer bestimmten Stelle, ganz in der Nähe, reichlich *Solidago* wachse, man könne es gewissermassen mähen. Wir waren erstaunt, dass uns dies nicht aufgefallen war, als wir jedoch die Stelle erreichten, begriffen wir, warum wir die Ernte nicht selbst entdeckt hatten, denn es handelte sich nicht um die echte Goldrute, sondern um eine ähnliche Pflanze. Es heisst also aufgepasst, dass man sich beim Sammeln nicht täuschen lässt.

## Erfahrungen mit Molkosan

In der Naturheilmethode ist ein bedeutungsvoller Satz zum Slogan oder Schlagwort geworden, nämlich: «Nahrungsmittel sollen Heilmittel und Heilmittel Nahrungsmittel sein.» Dies trifft auch auf ein bekanntes, aber äusserst einfaches Mittel zu, und zwar auf Molkosan, ein eingedicktes Milchsäureprodukt. Der Erfolg mit diesem Mittel ist oft überaus erstaunlich, und doch ist es nur aus der Käsemilch zubereitet. Seine Verwendungsmöglichkeit ist hingegen eine vielseitige, und es vermag vielfach eine phantastische Wirkung auf den Körper auszuüben, nicht nur wegen des Milchsäuregehaltes, sondern auch wegen der Milchnährsalze und wegen des Labfermentes, das sich immer noch darin vorfindet. Diesem Gehalt an

völlig natürlichen Nähr- und Heilstoffen haben wir die erstaunliche Wirksamkeit, die oft förmlich an Wunder zu grenzen vermag, zu verdanken.

### Hilfreiche Änderungen

So berichtete uns unter anderem eine Kindergärtnerin über eine solch erfreuliche Wirkung. Sie war von Magenschmerzen geplagt, bis sie anfang, bei der Salatzubereitung Essig und Zitronensaft mit Molkosan zu ersetzen. Seither ist ihr Magenweh verschwunden. Eine kleine Änderung mit solch wünschenswertem Ergebnis!

Eine weitere günstige Wirkung erlebte eine 52jährige Patientin, die seit ihrer Jugendzeit unter einer Nasenkrankheit, einer Ozana, litt. Die Krankheit meldete