

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 30 (1973)  
**Heft:** 9

**Artikel:** Werden Heilpflanzen ausgerottet?  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-554885>

#### 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:** 29.01.2026

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

einzelnen Steinblöcken in der Nähe des murmelnden Bergbächleins an. Dieses Pflänzchen nennt sich Iva, ist zwar etwas bitter, aber gleichwohl fein aromatisch. Es regt unseren Appetit an, und wir lagern uns daher unter freiem Himmel, um einige Löffel Vollwertmüsli, einen Apfel, eine Orange nebst einer Banane, sowie einige Datteln zu geniessen. Iva wirkt jedoch gleichzeitig auch anregend auf den Kreislauf. Besonders bei regelmässiger Einnahme können die Schmerzen in den Krampfaderbeinen dadurch nachlassen oder sogar verschwinden.

Durch all diese verschiedenen Beobachtungen wird unsere Wanderung interessant und mit Leichtigkeit steigen wir höhenwärts. Immer wieder begleitet uns das Pfeifen der Murmeltiere fernab von der Unrast der Städte, wo die hastenden Wagen nicht schnell genug vorankommen können. Kein Wunder, wenn wir vor unserem

Abstieg die Ruhe nochmals doppelt geniesen, während wir in Gemeinschaft mit unseren Angehörigen im weichen Moospolster unter einer alten Arve sitzen und nach dem Dichterwort empfinden, das da einen verständlichen Wunsch zum Ausdruck bringt, nämlich: «Verweile Augenblick, du bist so schön!» Ja, hier lässt sich über wertvolles Gedankengut viel besser nachsinnen als im Strudel des täglichen Geschehens. Kein Wunder, wenn nicht nur unser Körper aus solchen Wanderungen Nutzen zieht, sondern auch Seele und Geist erfrischt in unseren Pflichtenkreis zurückkehren.

Besonders Herbstwanderungen sind erhol- sam, wenn uns das Wetter günstig gesinnt ist. Der friedliche Ausklang vor dem Einsetzen der Stürme und der Kälte lässt unsere Nerven unwillkürliche erstarken, was uns zur Winterszeit bestimmt zugute kommen wird.

### Werden Heilpflanzen ausgerottet?

Gerne erinnere ich mich immer und immer wieder an die schönen, bunten Wiesen, die uns früher auf unseren Wanderungen erfreuten. Auch für den Landwirt war es in der Morgenfrühe beim Mähen ein Gefühl grosser Wertschätzung, wenn sich der Blumenflor mit den perlenden Tautropfen unter seiner gut gedengelten Sense zur Erde niederlegte. Wer das noch erlebte, weiss, dass eine Zeit natürlicher Werte und Schönheit für uns zu Ende ging. Damals, als noch Wiesensalbei, Skabiosen, Esparsetten, Margeriten, Tausendguldenkraut, Schafgarben, Hafermark und allerlei Kleearten die Wiesen in einen bunten Blumenteppich verwandelten, kannte man noch keinen Kunstdünger. Mit Superphosphat, Kalkstickstoff und wie all die verschiedenen Mittel zu scheinbar erfolgreichem Düngen heissen mögen, verschwanden die erwähnten Wiesenblumen, die dem Heu einen ganz besonderen Duft verliehen, für immer von den nun intensiv bewirtschafteten Kulturen. Was anderes blieb noch übrig als der Wiesenkerbel, der Hahnen-

fuss, Löwenzahl, Schmalen und vielleicht noch einige zähe Spitzwegerich.

Wer hatte durch diesen Wandel indes vor allem das Nachsehen? Nun doch bestimmt die Tiere, Kühe und Pferde. Auch sie mussten sich indes mit der veränderten Tat- sache abfinden. Da wir ihre Art, sich zu äussern, nicht richtig verstehen mögen, konnten wir wohl auch nicht merken, wie unzufrieden sie bei dem unerwünschten Futterwechsel in der Krippe herumschnuppten. Aber was blieb ihnen anderes übrig, als die Aenderung in Kauf zu nehmen! – Nur auf den sogenannten Magerwiesen und Alpweiden finden wir noch Heilkräuter, doch haben sie auch dort schwer, ihre Bestände zu erhalten. Oft ist unvernünftiges Sammeln schuld, wenn sich der Bestand der Heilkräuter auch im Alpengebiet vermindert. Unter besonderem Schutz stehen zwar schöne, seltene Alpenblumen, aber auch die bekannten Heilpflanzen, wie das Johanniskraut, die Schafgarbe, das Tausendguldenkraut, Arnika und Goldrute sind gewissermassen gefährdet.

### Weitere Belastungen

Man darf allerdings auch die belastenden Schädigungen durch die Umweltverschmutzung nicht ausser acht lassen, denn die verschiedensten Gase von Autos, Industrie und Flugzeugen stossen je nach gewissen Windzügen bis in die Alpentäler vor und die Natur ist bekanntlich nicht unempfindlich gegenüber solch schwerwiegenden Belastungen. Ausdauernde Heilpflanzen, die durch das Sammeln nicht ausgerottet werden könnten, mögen gleichwohl durch die Verschmutzung des Wassers eine Einbusse erleiden. Man übersieht die schlimmen Folgen solcher Störungen nur zu leicht, bis die Wirklichkeit das Augenmerk darauf lenkt.

Besonders Pflanzen, wie die Petasites officinalis, die nur längs den Bachbetten mit gesundem Wasser gedeihen, sind von diesem abhängig. Sie wachsen allerdings auch an feuchten Geröllhalden sowie in jenen Bergtälchen, die genügend nach oben stossendes Grundwasser besitzen oder vom Bergdruck her über Feuchtigkeit verfügen. An all diesen Orten fühlt sich die erwähnte, grossblättrige Heilpflanze zu Hause. Da man die zähen, stark aromatischen Wurzeln der Pflanze tonnenweise erntet, ist die Frage, ob sie dadurch nicht ausgerottet werden kann, wohl angebracht. Besonders Unkundige mögen diese Befürchtung hegen. Wenn sie jedoch zwei Jahre nach einer solchen Ernte wieder an dieselbe Stelle zurückkehren, wo ihres Erachtens alle Wurzeln ausgerottet worden sind, erblicken sie dort mit Erstaunen ein neu erstandenes Petasitesfeld. Bereits bedecken die grossen Blätter der ausdauernden Pflanze, die den Rhabarberblättern

gleichen, den ganzen Boden völlig wieder. Die Lebenskraft dieser Pflanze ist so stark, dass es bestimmt nicht verwunderlich ist, wenn sie davon auch dem Menschen etwas abtreten kann. Sie arbeitet nämlich besonders günstig gegen die Degenerationserscheinungen der Zellen, so dass sie bei Krebs und Gicht eine therapeutische Wirkung besitzt, und zwar im Sinne einer Regeneration. Das Kauen roher Wurzeln liess des weitem erkennen, dass diese auch entspannend zu wirken vermögen, indem sie bei spastischen Schmerzen, hervorgerufen durch die Periode oder durch Kopfweh, willkommene Linderung oder Schmerzbefreiung beschaffen kann. Ich selbst habe oftmals bei Uebermüdungskopfweh ein Stück roher Wurzel gekaut und als Folge verhältnismässig rasch eine entlastende Wirkung feststellen können, so, wie man sie auch bei Einnahme von Petadolor beobachten kann. Sicher möchten jene, die solche Hilfeleistungen kennen, nicht gerne auf sie verzichten müssen, nur weil die Umweltverschmutzung solch bedenkliche Formen annimmt, dass dadurch auch die Heilpflanzen empfindlich in Mitleidenschaft gezogen werden können, so dass man auf ihren pharmazeutischen Nutzen verzichten müsste. In einer Zeit, in der unsere Gesundheit ohnedies vielen Schädigungen ausgesetzt ist, wäre dies in doppelter Sinne von grossem Nachteil, denn die Hilfe, die natürliche Heilmittel darbieten können, ist besonders in dringlichen Fällen so unschätzbar, dass es für viele schwer wäre, sie missen zu müssen. Aber man weiss nie, wie sich die Lage noch gestalten und wie gross die Schwierigkeiten noch werden mögen.

### Heilsamer Spitzwegerich

In der Regel gebrauchen wir Spitzwegerich als Plantago-Tropfen erfolgreich bei Ohrenleiden. Nun ging uns aber aus Oesterreich ein Bericht zu, der noch andere hilfreiche Heilungsmöglichkeiten dieser Pflanze bestätigt. Der Berichterstatter schildert hierbei eine Erfahrung aus seiner Jugendzeit. Er schrieb: «Ein mir bekannter Landwirt

aus Niederösterreich hatte durch Infektion einen sehr kranken Fuss bekommen. Dieser Fuss sah schlimm aus, denn er wies alle Farben auf. Sein Hausarzt salbte wöchentlich daran herum, aber der Zustand des Fusses wurde immer schlechter. Schliesslich sagte der Arzt, der Kranke müsse nach Linz ins Krankenhaus und den Fuss ab-