

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 33 (1976)  
**Heft:** 12

**Artikel:** Die Giftigkeit der Bakterien und Viren  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-970516>

#### 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:** 05.02.2026

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

zen den günstigen Einfluss. In Skandinavien, vor allem in Finnland, ist Usnea schon längst als Heilmittel bekannt und geschätzt.

#### Spitzwegerich und Tannenknospen

Ausser dieser Flechtenart gibt es aber noch andere, bewährte Pflanzenmittel, die bei Husten und Katarrhen günstig wirken. Längst schon konnten sich Spitzwegerichbonbons sowie Spitzwegerichsirup als bewährte Hilfe durchsetzen. Am besten mundete früher der Tannenknospensirup, den einst die Grossmutter mit Kandiszucker und Honig zubereitete. Kinder täuschten daher oft einen Husten vor, wenn es darum ging, ihr Gelüste nach einem Esslöffel voll Tannenknospensirup zu stillen. Dieser Sirup aus Grossmutters Tagen hatte allerdings durch das Kochen viel an Aroma eingebüßt, während der heutige Santasapinasirup in der Hinsicht als vollwertig darsteht, weil er unter Vakuum, demnach unter geringer Hitze, hergestellt wird. Dadurch bleiben alle Aromastoffe erhalten nebst den feinen Terpenen und Harzen, die aus dem frischen Presssaft junger Frühlingsknospen von Rottannen gewonnen werden. Zum Süßen dieses Presssaftes werden Fruchtsaftkonzentrat und Honig mitverwendet, was diesen Sirup besonders für Kinder zum Leckerbissen werden lässt. Die Einnahme eines Pflanzenmittels, das nicht nur gut wirkt, sondern auch ge-

schmacklich vorzüglich ist, erhält den Vorzug vor anderen, die diese Eigenschaften nicht aufweisen.

#### Drosinulasirup

Wer unter besonders hartnäckigem Husten leidet, der einem Keuchhusten gleicht, verweise den Drosinulasirup. Dieser enthält den Extrakt der Drosera, bekannt auch als Sonnentau, nebst dem Extrakt aus der Wurzel der leicht bitteren Inula helenium, also der Alantwurzel. Diese Beigabe beeinträchtigt allerdings den angenehmen Geschmack etwas, da aber die erwähnte Wurzel seit alters als krampfstillend bekannt ist, gewinnt daher der Drosinulasirup durch seine hilfreiche Wirksamkeit sehr. Erwachsene ziehen ihn deshalb vor, weil er rascher zu wirken vermag. An den leicht bitterlichen Unterton hat man sich schliesslich rasch gewöhnt.

Bei länger anhaltenden Hustenanfällen können sich auch die Erwachsenen, also nicht nur die Kinder, beklagen, dass alles zu schmerzen beginne. Ein natürliches Hustenmittel ist daher während der Kälteperiode in unserer Hausapotheke unentbehrlich, damit wir dieses im Notfall gleich greifbar zur Hand haben. Vergessen wir auch Usneabonbons nicht auf die Reise und an unseren Arbeitsplatz mitzunehmen, während wir uns zu Hause immer mit Santasapina- oder Drosinulasirup versorgen können.

### Die Giftigkeit der Bakterien und Viren

Eingeborene in Steppen- und Urwaldgebiet liessen mich oftmals ein eigenartiges Geheimnis erkennen. Dies bestand darin, dass es Pflanzen geben soll, die zu gewissen Zeiten giftig wirken, während sie sich zu anderen Zeiten als ungiftig, ja sogar als essbar erweisen. Selbst die Tiere konnten dies durch ihren Instinkt feststellen, weshalb sie solche Pflanzen in der Periode ihrer Giftigkeit unberührt liessen. Dies ist eine Beobachtung, die jene Menschen an der Richtigkeit ihrer Feststellung bestärkten. Dieser eigenartige Wechsel mag mit den bioklimatischen Einflüssen im Zusam-

menhang stehen. Wir kennen auch Pilze, die in einem gewissen Stadium und Alter essbar sind, später jedoch ein Gift entwickeln, das zu meiden ist.

#### Giftigkeit bei verschmutzter Umwelt

Bakterien und Viren sind im Grunde genommen mit ganz kleinen Pflanzen zu vergleichen. Sie entwickeln je nach ihrem Standort, der Luftreinheit, den bioklimatischen Einflüssen, andere Eigenschaften. Forscher entdeckten, dass Viren, die in reiner Luft oder am Meeresstrand aufge-

fangen wurden, viel weniger Schaden anrichten konnten als die gleiche Art, die in einer Gegend lebte, deren Umwelt verschmutzt war. Was besonders in verschiedenen Industriegebieten der Fall ist. Die Toxizität, worunter man die Giftigkeit von Bakterien und Viren versteht, kann sich demnach je nach den Umweltverhältnissen vergrössern, so dass eine Krankheit, wie eine Grippe, einen viel schlimmeren Verlauf nehmen wird, als bei einigermassen normalen, bioklimatischen Verhältnissen. Da wir in Europa schon längere Zeit die verschiedensten Erfahrungen mit einer Menge von Bakterien und Viren hinter uns haben, konnte sich unser Körper eine entsprechende Zahl von Immunitätsstoffen aneignen. Aus diesem Grunde nimmt eine Grippe nie mehr die tragische Form an, wie dies im Jahre 1918 der Fall war. Alte Erfahrungen zeigten, dass unsere körpereigene Abwehr gegen solche Erreger, die Grippe und Katarrhe auslösen, durch einige Naturprodukte wesentlich unter-

stützt werden können. Dies gilt besonders vom Knoblauch, der Zwiebel, dem Meerrettich sowie der Kresse, vormerklich der Kapuzinerkresse.

Die Völker in der Polarzone wissen, dass Flechten und Moose, vor allem das Usnea solche natürlichen antibiotischen Stoffe enthalten. Kaut man diese tüchtig, dann verschwinden Katarrhe und grippenartige Zustände viel rascher. Nordamerikanische Indianer kauen die Blätter und Wurzeln der Echinaceapflanze mit dem gleichen Erfolg. Aus diesem Grunde ist es auch bei uns ratsam, sich in der Winterszeit jeden Morgen und Abend der Echinacea-Tinktur, bekannt als Echinaforce, zu bedienen, indem man einige Tropfen davon im Munde gut einspeichert und schluckt. Entweder bewahrt uns dies vor einer Infektion, oder, wenn sie sich schon eingestellt hat, wird dadurch ihre Aktivität verkürzt und geschwächt. Mit Naturstoffen können wir unserem Körper helfen, mit äusseren Angriffen rascher fertig zu werden.

### Nutzbringende Pflege der Baumscheibe

Erfahrungen im biologischen Landbau lassen uns immer wieder Warnzeichen entdecken. Um den Obst- und Zierbäumen gute, wenn nicht gar äusserst vorteilhafte Lebensbedingungen schaffen zu können, sollte man nicht nur den Baum als solchen, also Stamm und Aeste pflegen, sondern vor allem auch die Baumscheibe. Demnach haben nicht nur die über der Erde sichtbaren Aeste und Zweige Beachtung zu finden, sondern auch das Wurzelwerk des Baumes. Wenn man dieses sehen könnte, würde man erkennen, dass es in der Erde einer Krone von Aesten und Zweigen gleichkäme. Dieses Wurzelwerk ist in seinem Radius, also im Gesamtumfang, ungefähr so gross wie die sichtbare Krone über der Erde. Da es sehr verletzbar ist, müssen wir ein besonders sorgfältiges Bearbeiten der Oberfläche beachten. Wir sollten daher unter den Bäumen weder Pflug noch Bodenfräse anwenden. Auch mit dem Spaten dürfen wir die Erde nicht bearbeiten. All dies kann zur Verletzung

der ganzen oberen Schicht des Wurzelwerkes beitragen. Soll der Baum dieserhalb nicht zugrunde gehen, wird er gezwungen, sein Wurzelwerk nach der Tiefe hin zu entwickeln. Dies hat aber seinerseits den Nachteil, dass ihm dadurch die Gelegenheit genommen wird, Nutzen aus der Bakterienflora zu ziehen, die an der Oberflächenschicht arbeitet. Es kommt also dem Baume keineswegs zugute, wenn man sein Wurzelwerk durch unrichtige Behandlung verletzt. Wer dies begreift, wird nicht mehr um die Baumscheibe herum ackern. Statt dessen wird er anders vorgehen, indem er jedes Jahr eine Kopfdüngung mit Kompost vornimmt. Er kann dazu auch organische Dünger wie Algenmehl, Steinmehl, Knochenmehl und dergleichen mehr verwenden. Dadurch wird er eine bessere Entwicklung der Bäume, gesünderes Obst und besseres Laubwerk erwarten können. Wer Unkraut im Bereich der Baumscheibe vernichten möchte, darf nur oberflächlich mit einer Haue oder Pendelhacke