

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 35 (1978)  
**Heft:** 2

**Artikel:** Inula helenium, Alant  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-970304>

#### 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>**

andere gefährliche Parasiten einsetzt, enthalten dieses Emetin. So stark soll dieser Stoff wirken, dass behauptet wird, er vermöchte in der 5. Potenz, also im Verhältnis 1:100 000 noch Amöben und andere Parasiten im Körper zu töten durch Einspritzen unter die Haut.

Will man bei Vergiftungen Ipecacuanha als Brechmittel verwenden, dann sollte man höchstens 1 g Wurzelpulver oder 10–20 Tropfen Tinktur pro Tag einnehmen. Wer sich bei giftigen Wurzeln nicht auskennt, steht besser davon ab und wählt sich statt dessen, um sicher zu gehen, einfach ein fertig dosiertes Präparat.

Wenn wir nun aber irgendein Erbrechen, vor allem jenes der Schwangerschaft, stillen möchten, müssen wir zur homöopathischen Form der Pflanze greifen und Ipecacuanha daher in D<sub>4</sub> verabreichen. Bei sehr empfindlichen Menschen ist indes Ipecac-

cuanha D<sub>6</sub> angebracht. Gegen Schwangerschaftserbrechen bewährt sich das Mittel in dieser Form in der Regel. Sollte jedoch eine Schwangere nicht sofort darauf ansprechen, dann kann man noch Nux vomica D<sub>4</sub> nebst Apomorphinum D<sub>4</sub> oder D<sub>6</sub> einsetzen. Eines dieser drei Naturmittel wird schwangere Frauen von dem kraftraubenden Erbrechen zu befreien vermögen. Oft helfen auch alle drei zusammen, das Uebel zu beheben. Der anfängliche Hinweis auf das homöopathische Naturgesetz kommt bei dieser Wirksamkeit zur Geltung, indem starke Mittel in homöopathischer Verdünnung jeweils das Gegenteil des grobstofflichen Einflusses bewirken. Mag dies allopathischer Denkweise auch als unwahrscheinlich vorkommen, handelt es sich dennoch um eine Gesetzmässigkeit, deren Beachtung uns vermehrte Hilfe einbringt, wie Dr. Hahnemann dies klar nachgewiesen hat.

### Inula helenium, Alant

Bei dieser Pflanze handelt es sich um eine grosse, kräftige Staude, die je nach Lage und Bodenbeschaffenheit 1,50–2 m hoch werden kann. Sie stammt bekanntlich aus Zentralasien. Ihre gelben Blüten leuchten wie kleine Sonnenblumen. Man findet sie sowohl in Italien als auch in den Balkanländern, ja selbst in Kleinasien. Sie gedeiht dort verwildert, während sie bei uns in den Gärten wächst. Die älteste Beschreibung von ihr stammt aus dem Jahre 512 vor unserer Zeitrechnung, ist von Dioskorides und befindet sich in einem Kodex von Konstantinopel.

Die Wurzel der Pflanze enthält neben Bitterstoffen und Inulin auch allerlei Mineralbestandteile. All dies zusammen bildet die vorzügliche Wirkung dieses Heilmittels. Vielerlei nähere Berichte hierüber stammen aus alten Kräuterbüchern. Die überzeugendste Schilderung verfasste die Aebtissin Hildegard, die ja als gute Kräuterkennerin bis in unsere Zeit hinein bekannt ist. Sie erzielte mit dieser Pflanze beste Erfolge bei Lungen- und Bronchialleiden. Hufeland empfiehlt Alant bei

Schleimhautkatarrhen, bei Krampfhusten, ja sogar bei Asthma.

Wenden wir uns auch einmal der russischen Volksmedizin zu, da auch diese die Alantwurzel vielseitig empfiehlt. Allerdings ist die Wurzel im Spätherbst zu ernten, weil sie nur dadurch ihre volle, krampflösende Wirkung, die sie besonders den Schleimhäuten der Atmungsorgane zugute kommen lässt, entwickeln kann.

Den Extrakt der frischen Alantwurzel benützen wir seiner Vorzüglichkeit wegen als wesentlichen Bestandteil unseres Drosinulasirups, der besonders bei Krampfhusten erfolgreich zugezogen wird. Er hilft indes auch gegen Altershusten vortrefflich und ist daher für Betagte eine willkommene Hilfe. Ganz besonders vorzüglich aber schmeckt er den Kindern, und sie sind dankbar, dass er jeweils ihren Husten mildert und heilen hilft. Aber auch die Erwachsenen empfinden ihn als pflanzliche Delikatesse, denn er enthält Honig, der ihn geschmacklich besonders fein werden lässt.

Wenn auch die Pflanzenmittel nicht spontan wirken mögen, geht man durch sie doch kein Risiko ein, im Gegenteil, sie heilen, was man ja auch von einem Heilmittel sollte erwarten können. In lateinischer Sprache heisst die Alantpflanze übrigens,

wie es der Titel verrät, Inula helianum. Es ist immer gut, wenn man sich auch diesen merkt, kann man durch ihn doch botanische Nachforschungen vornehmen, weshalb man von Interessenten oft danach gefragt wird.

### Krebsfördernde Haarfärbemittel

Immer wieder stellt die Presse neue Stoffe an den Pranger, wenn festgestellt werden konnte, dass sie krebsfördernd wirken. Es ist gut, dass dies wenigstens auf diesem Wege geschieht, denn die meisten unter uns sind dermassen vertrausselig, dass sie alles, was empfohlen wird, widerspruchslos über sich ergehen lassen. Statt dessen heisst es heute im Zeitalter der Chemie im Gegenteil gut prüfen und überlegen, um frühzeitig feststellen zu können, ob ein Mittel als harmlos gelten kann, weil es völlig auf natürlicher Grundlage beruht, oder ob es cancerogenverdächtig ist.

Es ist daher anerkennenswert, dass die «Herald Tribune» von New York am 16. Dezember 1977 einen längeren Artikel über die cancerogene Wirkung von Haarfärbemitteln veröffentlichte. Verschiedene Beobachtungen, die bei Menschen vorgenommen werden konnten, wie auch entsprechende Laborversuche an Tieren, sollen den Beweis hierfür geliefert haben. Der Artikel erklärte richtiggehend, dass Farben, die aus den Rohstoffen von Kohle, Teer oder Erdöl gewonnen werden, sich als krebsfördernd erweisen. Teilweise waren sie schon zuvor verboten, sollen nun aber noch endgültiger als Farben für Nahrungsmittel und Kosmetik ausscheiden.

Zwar ist schon längst bekannt, dass alle Teerderivate krebsfördernd sind. Sollten sie alle verboten werden, dann würde dies auch ein Grossteil von Medikamenten treffen müssen, wenn sie sich als Schlaf- und Schmerzstillmittel im Handel vorfinden. So wie es früher als üblich galt, dass eine offene Jauchegrube auf dem Lande erst zugedeckt wurde, wenn ein Kind darin ertrunken war, so scheint es sich heute

mit gefährlichen chemischen Mitteln zu verhalten, da man trotz schädigender Wirkung erst zuwartet, bis nach und nach der Beweis erbracht wird, dass solche Mittel krebsfördernd sind oder sonstwie die Gesundheit gefährden.

Wieviel besser wäre es doch, wir würden uns bemühen, Naturheilanwendungen und pflanzliche Mittel kennenzulernen, um diese bei den mannigfachen Unpässlichkeiten des täglichen Lebens risikolos und erfolgreich anwenden zu können. Eine weitere Hilfe wäre es, wenn man den Grundursachen von Störungen nachforschen würde. Dies würde uns helfen, den Körper etwas besser beobachten zu lernen und die Zusammenhänge krankhafter Aeusserungen eingehender zu studieren. Wir erfahren dadurch, wie wir so manche Unstimmigkeit mit einfachen Mitteln und Methoden ohne Gefahr und Risiko beseitigen könnten, während bei unzweckmässiger Behandlung statt dessen schwere Störungen hervorgerufen werden können. Auf diese vernünftige, einsichtsvolle Weise helfen wir dem Körper, mit mancherlei Beschwerden selbst fertig zu werden. Dass die Krebserkrankung und vor allem auch die Krebssterblichkeit immer noch zunimmt, ist leider eine klarerwiesene Tatsache. Selten aber weisen beachtliche Stellen darauf hin, dass oft vielen kleinen Ursachen die Schuld an diesem misslichen Umstand zugeschrieben ist. In Anbetracht der unrühmlichen Erfahrungen, denen wir in unserer Neuzeit ausgeliefert sind, wäre es bestimmt angebracht, besser Wache zu halten über Nahrung, Getränke und andere Produkte, um nicht mehr mit allzuvielen krebsfördernden Einflüssen in Berührung kommen zu müssen. Wenn wir