Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 35 (1978)
Heft: 9

Artikel: Das richtige Kerbelkraut, Cerefolium
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-970370

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: 15.12.2025

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

Das richtige Kerbelkraut, Cerefolium

Die Betonung eines richtigen Kerbelkrautes schliesst eigentlich unwillkürlich die Feststellung in sich ein, dass noch ein Kraut bestehen muss, das diesen Namen nicht verdient. Es handelt sich dabei um den sogenannten Wiesenkerbel, von dem wir nichts Günstiges zu berichten wissen. Im Gegenteil, es schadet den Kühen, wenn man sie dort weiden lässt, wo der Wiesenkerbel infolge Intensivdüngung reichlich überhandnimmt. Er erzeugt Harnverhaltungen bei den Tieren, und sie lassen ihn nach solchen Erfahrungen daher stehen. Auch uns wäre nicht gedient, würden wir den Wiesenkerbel mit dem Gartenkerbel verwechseln. Noch schlimmer wäre es, wenn diese Verwechslung mit dem sehr giftigen, gefleckten Schierling, dem Conium maculatum, erfolgen würde. Auch bei ihm handelt es sich nicht um das richtige Kerbelkraut, wiewohl es in homöopathischer Form beachtliche Heilwirkungen aufweist. Es liesse sich daher manches darüber berichten.

Der Gartenkerbel

Beim richtigen Kerbelkraut handelt es sich um den Gartenkerbel, der ein altes, bewährtes Gewürz und Heilkraut ist. Bekannt ist seine günstige Wirkung besonders im Bernbiet. Dort trägt es den Namen «Chörblichrut», was dem berndeutschen Dialekt entspricht. Als Chörblichrutwasser wird das wirksame Mittel besonders von betagten Leuten sehr geschätzt, hat es doch schon manchem Bauern als unentbehrliches Naturmittel gedient, weil ihm seine Anwendung das gefährdete Leben erhielt. Auch anderweitig ist das Mittel bekannt und findet erfolgreiche Verwendung. Seine Wirksamkeit hilft bei hohem Blutdruck und dickem Blut. In Landgebieten, wo es üblich ist, viel Käse und Schweinefleisch zu essen, finden ältere Leute ihr ausgleichendes Heilmittel im Gartenkerbel. Da dieser gut aromatisch ist, bereichert seine Beigabe den Salat. Das abgebrühte Kraut verschafft uns einen Tee, der uns bei regelmässiger Einnahme ebenfalls dienlich ist. Man kann den Extrakt des Krautes auch in Tropfen einnehmen. Seine Wirkung dient immer als dankbare Hilfe.

Geschätzt ist vor allem die blutverdünnende Wirkung des Gartenkerbels. Besonders im Wechsel mit Ysop wirkt er günstig. Gebraucht man ihn indes mit Mistel und Rauwolfia, als Rauwolvisca, zusammen, dann hilft es auch zur Regelung von hohem Blutdruck. Bekannt ist die günstige Wirkung des Cerefoliums auch bei Drüsenleiden und Hautausschlägen, da es auch in diesen Krankheitsfällen zur Heilung beitragen kann. Früher diente das Mittel zusammen mit Liebstöckel auch zum Vertreiben der Milch beim Entwöhnen des Säuglings.

Die Schulmedizin gebraucht bekanntlich zur Blutverdünnung Kumarin- und andere Präparate, doch hat deren Ueberdosierung schon viel Unheil anrichten können. Darum wird die blutverdünnende Wirkung des Gartenkerbels und des Ysops so sehr geschätzt, denn sie sind nicht nur zuverlässig, sondern auch völlig harmlos. In keinem Bauerngarten sollte daher Gartenkerbelkraut seiner günstigen Wirkung wegen fehlen.

Biologischer Rat bei unnötigem Stickstoffverlust

Immer wieder wundere ich mich darüber, wie töricht manche Menschen vorgehen können, indem sie dadurch verraten, dass sie keinen Sinn für biologische Bewirtschaftung ihres Landes aufbringen. Was allgemein üblich ist, ahmt man einfach gedankenlos nach, ob es sich zweckdienlich auswirkt oder schadet. Schon oft hatte ich Ursache, über Bauern den Kopf zu schütteln, weil sie an heissen Sommertagen nicht davon abstehen, die vorhandene Jauche auf ihre Wiesen auszusprühen. Sie scheinen ganz immun zu sein gegen den Gestank, den sie dadurch ver-