

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 38 (1981)  
**Heft:** 9

**Artikel:** Solidago virgaurea, Goldrute  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-970137>

### **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>**



Winter auch vermehrt Echinaforce, da dies unsere Widerstandskraft zu stählen vermag. Durch die regelmässige Einnahme von Usneasan versehen wir uns auch stets mit der Flechtensäure, die bekanntlich antibiotisch wirkt, was gegen Katarrhe und Erkältungen durch die Entwicklung grösserer Widerstandsfähigkeit wesentlich zu schützen vermag. Nasskaltes Wetter und Föhnlagen fördern Erkältungszustände meist offensichtlich, und ist es in solchen Fällen ratsam, sich sofort mit Santasapina-Sirup zu behelfen, weil man dadurch verhindern kann, dass Katarrhe tiefer in die Bronchien hinabdringen. Es handelt sich hierbei um ein geschicktes Vorbeugen, denn Bronchialkatarrhe wird man nicht ohne weiteres so leicht wieder los. Wenn wir uns daher richtig vorsehen, können wir uns manch Unangenehmes ersparen, was besonders den Kindern zugute kommen wird. Denken wir auch daran, dass wir ihnen den besten gesundheitlichen Dienst

leisten können, wenn wir sie vor Weisszuckerwaren möglichst bewahren, denn diese tragen zur Schwächung des Körperzustandes wesentlich bei. Wir müssen also auch auf solche scheinbar kleine Fehler unsere Aufmerksamkeit richten und können dem Kind durch regelmässige Eingabe von Urticalcin über manche mangelhaft beachtete Ernährungsforderung hinwegverhelfen.

Um gesunde Reserven beschaffen zu können, ist es ratsam, eiweissreiche Nährstoffe zu vermindern, und zwar zugunsten der Vitalstoffe, die uns Gemüse, Früchte und Vollkornprodukte liefern. Auf diese vorbeugende Weise können wir gesundheitlich eher gewappnet in den Winter hineingelangen, und das wird uns unwillkürlich manche Unannehmlichkeiten ersparen wie auch unnötige Mühsale und Beschwerden, und zudem wird sich auch die Heiltendenz des Körpers dadurch noch verbessern lassen.

### **Solidago virgaurea, Goldrute**

Als ich kürzlich wieder einmal im Engadin weilte, benützte ich die Gelegenheit, um den herrlichen Montebello-Weg hinauf zu wandern. Dort erfreuen mich stets die alten Arven und Lärchen, die schon 200, 300 und 400 Jahre hindurch jedem Winter getrotzt haben. Zwischen Heidelbeersträuchern, Wacholdergestrüpp, Alpenrosen und Arnikapflanzen leuchtete auch die Goldrute hervor. Viele wissen bereits von ihr, dass sie botanisch *Solidago* heisst und, noch genauer gekennzeichnet, als *Solidago virgaurea* bekannt ist. Nach alter Gewohnheit lud sie mich ein, einige Blättlein von ihr zu geniessen. Als Folge hiervon begann sich meine Blase während der zweistündigen Wanderung bedeutsam zu betätigen, für mich also ein erneuter Beweis, dass *Solidago* ein wunderbares Nierenmittel darstellt. Während meiner jahrzehntelangen Praxis lernte ich die Goldrute einfach als das beste Nierenmittel kennen, denn selbst in schweren Fällen hat es meine Patienten nie im Stich gelassen.

#### **Auffallende Beispiele**

Unwillkürlich kam mir da eine Begebenheit aus Australien wieder in den Sinn, denn ein unglücklicher Vater hatte mir berichtet, dass sein Sohn an einer beginnenden Nierenschrumpfung erkrankt sei, ohne dass ihm die Ärzte irgendwelche Hoffnung auf Genesung erteilen könnten. Der Kranke bemühte sich zwar nach den Ratschlägen, die «Der kleine Doktor» in solchen Fällen erteilt, zu leben, auch hatte er mit Rauchen und Trinken völlig aufgehört. So gelangte denn der verzweifelte Vater aus Sidney mit seinen Sorgen an mich. Ich verordnete für den Kranken ganz einfach *Solidago*, wovon er jedem Getränk einige Tropfen befügen sollte. Es verging kein ganzes Jahr, bis er sich den Ärzten wieder zur Untersuchung stellte. Diese kamen aus dem Erstaunen kaum heraus, denn das Ergebnis wies auf völlige Heilung hin. Das schien allen unglaublich zu sein, wiewohl es der Tatsache entsprach, denn die Ärzte hatten sich keineswegs getäuscht.



Ein ebenso erstaunlicher Fall betraf einen weltberühmten Wissenschaftler, dem die Ärzte dringlich zu einer Nierenoperation geraten hatten. Die einfache Kur, die verordnet wurde, verlangte vom Patienten, dass er täglich ungefähr zwei Liter Solidagotee trank, verstärkt mit Rubiasan, der in solchem Falle günstig wirkenden Färberwurzel. Im Laufe eines Jahres war der Kranke von seinen Nierensteinen völlig befreit. Die Kur, so einfach sie war, erfordert allerdings regelmässigen Einsatz und ausdauernde Geduld, aber sie lohnt sich.

### **Notwendige Reinigung**

Mancher könnte seine Lebensjahre in Gesundheit verlängern, wenn er von Zeit zu Zeit eine Trinkkur mit Solidago durchführen würde. Er müsste dabei nur regelmässig darauf achten, einem guten Mineralwasser 10 Tropfen Solidago beizumengen. Ist es in der Regel nicht so, dass man jedem Küchengerät, jeder Kaffeemaschine mehr Beachtung schenkt als seinen Nieren! Die erwähnten Geräte reinigt man von Zeit zu Zeit und spült sie gründlich durch, nur die Niere soll jahrzehntelang treu ihren Dienst verrichten, ohne eine entsprechende Pflege zu erhalten. Sie muss dabei mit Alkohol und allerlei Giften fertig werden, ohne dass man sie wenigstens einmal im Jahr einer

besonderen Reinigung unterziehen würde. Ich lernte im Laufe der Zeit verschiedene Nierenmittel kennen und hatte Gelegenheit, sie auf ihre Wirkung hin zu prüfen. Das Ergebnis war, dass sich bei dieser Prüfung Solidago immer wieder als das beste Nierenmittel erwiesen hat. Es ist so harmlos, dass es dem Säugling beste Dienste leisten kann, während es auch dem Grossvater und der Urgrossmutter in ihren alten Tagen erfolgreich beizustehen vermag. Das ist bestimmt für eine bescheidene Pflanze ein rühmliches Ergebnis!

### **Berechtigte Ansprüche**

Wesentlich ist die Feststellung noch, dass Solidago, das in den Alpen in einer Höhe von 1500 bis 1800 Meter Höhe geerntet wird, viel wirksamer ist als die gleiche Pflanze aus dem Tiefland. Zudem haben die Alpenpflanzen nicht unter der Umweltverschmutzung des Tieflandes zu leiden. Wer daher Wert darauf legt, die wirksamste Tinktur erhalten zu können, sollte stets auf die Schutzmarke A. Vogel achten. Früher habe ich nie auf diesen Umstand hingewiesen, während es durch die heutige Zielstrebigkeit nötig geworden ist, wenn man die Erwartungen, die man an Frischpflanzentinkturen zu stellen berechtigt ist, erfüllt haben will.

## **Der Kreosotbusch**

Als ich in den USA den Staat Arizona besuchte, lernte ich vormerklich in den Halbwüstengebieten den Kreosotbusch kennen, denn dort ist er reichlich vertreten. Nach meiner Gewohnheit zerrieb ich erstmals die Blättchen der Pflanze und gewahrte dieserhalb einen zähen, leicht klebrigen Saft. Da dessen Aroma durch diesen Vorgang frei wurde, konnte ich innwerden, dass er eine gewisse Ähnlichkeit mit dem Geruch von Kreosot aufweist. Ich wunderte mich daher nicht mehr über den Namen, den der Busch erhalten hat, denn gerade diese Ähnlichkeit sorgte dafür.

### **Vorteilhafte Eigenschaften**

Bei den in diesen Halbwüstengegenden le-

benden Indianern, die dem Stamme der Papagos angehören, geniesst dieser Kreosotbusch grosses Ansehen und wird deshalb als heilige Pflanze verehrt. Bekannt ist sie bei ihnen auch als vielseitiges Heilmittel und dient dort besonders gegen alle Arten von Geschwulstkrankheiten. Die Indianer und ihre Mediziner schreiben daher dem Tee, den sie aus den Blättern des Kreosotbusches gewinnen, eine anticancerogene Wirkung zu. Doch auch die weissen Ärzte vertreten diese Ansicht. Von den Botanikern wird der Kreosotbusch als Wunderpflanze betrachtet. Der Grund dafür liegt in ihrem wohlweislichen Haushalten mit dem spärlichen Wasser, das sie sich erübrigen kann. Sie kommt zwar dennoch