

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 38 (1981)
Heft: 12

Artikel: "Unsere Weiden und Berge sind Apotheken"
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-970169>

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: 14.01.2026

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

«Unsere Weiden und Berge sind Apotheken»

Dies ist ein Ausspruch von Paracelsus aus dem 14. Jahrhundert. Damals waren die Wiesen und Talweiden noch reichlich mit Heilkräutern versehen und konnten daher den Anspruch erheben, Apotheken zu sein, denn noch lag der Siegeszug der Chemie in weiter Ferne. Auch noch vor einem halben Jahrhundert konnten sich sonntägliche Spaziergänger der schönsten Wiesenpracht erfreuen und ihr Heim mit bunten Blumensträussen schmücken. Die moderne, chemische Düngung hat dies jedoch leider völlig vereitelt, denn nur noch Magerwiesen zeigen, wie schön es früher war. Die Heilpflanzen müssen wir heute auf den Alpen unserer Berge suchen gehen, auf Weiden, die mit den neuzeitlichen Errungenschaften der Chemie noch nicht in Berührung gekommen sind.

Wechsel in der Ärztepraxis

Aber auch aus der Praxis der Ärzte wurden die bewährten Kräutermittel verdrängt, mussten sie doch zu Gunsten chemischer Produkte verschwinden. Als diese aufkamen, kannte man allerdings ihre Tücken noch nicht. Sie erhielten lediglich ihrer raschen Wirkungsmöglichkeit den Vorzug vor den Pflanzenmitteln. Die Zeit begann äusserst hektisch zu werden, weshalb es auch äusserst praktisch war, für körperliche Unstimmigkeiten rasche Hilfsmittel zur Verfügung zu haben. Die oft beängstigenden Neben- und Nachwirkungen der chemischen Mittel waren anfangs noch unbekannt, und da man ihnen voll vertraute, traten pflanzliche Mittel immer mehr in den Schatten früherer Wirksamkeit. Selbst das Urteil von Vertrauensärzten lautete: «Nützt's nichts, so schad's nichts», was einem Todesurteil gleichkam und die Wertschätzung, die Paracelsus noch voll zum Ausdruck brachte, gänzlich in Abrede stellte. Inzwischen sind jedoch auch viele wachsame Ärzte auf verschiedene unerwartete Nachteile im Bereich chemischer Heilmittel aufmerksam geworden. Sie wurden insbesondere darüber stutzig, wenn sich ungünstige Folgen in der eigenen

Familie auszuwirken begannen. Dadurch kamen die pflanzlichen Heilmittel wieder mehr zu Ehren. Sobald sich die Ablehnung der Ärzteschaft gegenüber den Pflanzenmitteln beheben lässt, ist deren ärztliche Verordnung gewissermassen auch wieder gesichert. Gut, wenn die Phytotherapie erneut ihren früheren Platz einnehmen kann, so wird unser Bergland mit seinen würzigen Kräutern auch wieder den Apotheken als Grundlage dienen, denn das war doch der Sinn, den ihnen Paracelsus zusprach. Im Interesse der Patienten ist es bestimmt günstig, wenn der Siegeszug der Chemie sich nicht mehr im gleichen Sinne wie zuvor entfalten kann. Allerdings wurden die Kranken durch deren rasche Schmerzbekämpfung sehr verwöhnt. Was mit einer solchen Wirkungsmöglichkeit erreicht wird, interessiert diese kaum, denn sie glauben vollberechtigt zu sein, die gleiche Forderung an natürliche Heilmittel ebenfalls stellen zu können.

Forderung von anderer Art

Da jedoch der Heilvorgang unter anderem Gesichtspunkte steht, heisst es eben für den Kranken heute ganz einfach umzulenken, weil die pflanzlichen Heilmittel nicht nur die Symptome, sondern die Grundursachen anpacken und beeinflussen. Der Patient muss heute durch richtiges Beobachten mithelfen, den Arzt in seinen Bemühungen zu unterstützen, statt ihm alles alleine zu überlassen. Der Arzt, der sich auf eine Ganzheitsbehandlung einstellt, wird dem Kranken nicht nur Mittel verschreiben, sondern ihn auch kurz über dringliche Notwendigkeiten, die zu beachten sind, unterweisen, damit seine Lebensweise zur Unterstützung der Heilung beitragen kann. Er muss sich somit darauf einstellen, Verkehrtes auszumerzen, um wieder gesunden zu können; denn, wäre er wohl erkrankt, wenn er alle Forderungen gesundheitlicher Art folgerichtig beachtet hätte?

Noch immer gedeihen auf Bergwiesen und verborgenen Alpenweiden genügend Heil-

kräuter, und sollten diese nicht ausreichen, dann ergänzen die biologisch angebauten Heilkräuterkulturen, was noch fehlt. Paracelsus wäre bestimmt erbaut darüber, wüsste er, dass die früheren Pflanzenapotheken heute nicht bloss auf der Grundlage von verschiedenen Teesorten beruhen müssen, sondern auf der viel wirksameren Möglichkeit frischer Pflanzensaft und Frischpflanzentinkturen aufgebaut sind. Solch schonend verarbeitete Medikamente sind es, denen heute eine aussergewöhnliche Nachfrage zuteil wird. Für den Bioforce-Betrieb entstand dieserhalb die Notwendigkeit einer vergrösserten Anbau-

fläche von zusätzlich 20 000 m² nebst einem Neubau zur Erweiterung der Fabrikräume. An dieser vermehrten Nachfrage ist natürlich auch das Ausland, also nicht bloss die Schweiz beteiligt. Wenn es auch eine grosse Bemühung und rastlose Arbeit für alle Beteiligten bedeutete, um all den Anforderungen auf diesem schwerumkämpften Gebiet gerecht werden zu können, so ist es anderseits auch eine grosse Genugtuung, sowohl die Apotheken der Berge zum Wohle Leidender auszuwerten, als auch die zusätzlichen Pflanzenkulturen durch fachgerechte Verarbeitung zu nutzbringender Heilwirkung umzugestalten.

Pflanzliche Antibiotika

Wie bei vielen grossen Entdeckungen, hatte es Fleming auch dem reinen Zufall zu verdanken, dass er die keimtötende Wirkung der Schimmelpilze beobachten konnte. Bekanntlich konnte inzwischen mit Penizillin im geeigneten Augenblick Unheil vermieden werden und Segen gestiftet werden. Das aus den Schimmelpilzen gewonnene Antibiotikum war ursprünglich im Grunde genommen ebenfalls pflanzlicher Natur.

Bei den Naturvölkern konnte ich verschiedene Pflanzen mit stark keimtötender Wirkung kennenlernen, die denn auch erfolgreich zur antibiotischen Verwendung dienten. So begegnete mir Spilanthes in Ostafrika und Planta Niña bei den Inka-Nachkommen im Altoplano von Peru und Bolivien. Bei den Sioux-Indianern konnte ich feststellen, wie sehr sie in der Hinsicht die Echinaceapflanze als erfolgreich wirkendes Antibiotikum schätzten. Aber auch bei uns gibt es einige Pflanzen, die stark antibiotisch zu wirken vermögen. Sie sind nur zu wenig bekannt oder in Vergessenheit geraten. Gewisse Flechten und Moose wie das Usnea, bekannt als Lärchenmoos, wirken antibiotisch. Wer ihm auf Wanderungen begegnet, kann sich dessen vergewissern, wenn er immer etwas davon kaut. Ist ihm dies nicht möglich, dann kann er sich die Usneasantropfen beschaffen, durch deren regelmässige Verwendung er

Katarrhe heilen oder diese sogar vorbeugend verhindern kann. Auch Meerrettich wirkt sehr antibiotisch, weshalb man mit Meerrettichtinktur in verhältnismässig kurzer Zeit alte, schmerzhafte Wunden ausheilen kann.

Auch Knoblauch verfügt über eine stark antibiotische Wirkung, die man nutzbringend verwerten sollte. Kürzlich hörte ich durch eine holländische Ärztin, die ratlos war, weil es ihr nicht gelingen wollte, bei einem 1½ Jahre alten Kinde eine Darminfektion durch Salmonellen zu beseitigen, wiewohl sie alle sonst erfolgreichen Medikamente verwendet hatte. Starker Durchfall und Gärungen schwächten das Kind sehr, und es war ihr äusserst peinlich, nicht helfen zu können. Sie nahm indes den Rat einer alten, friesländischen Bäuerin an, da diese aus Erfahrung wusste, dass man früher solche Störungen mit frischem Knoblauch geheilt hatte. Nun verordnete die Ärztin dreimal täglich dünn geschnittenes Butterbrot, belegt mit fein zerkleinertem, frischem Knoblauch. Der Bakteriologe, der vorher die Salmonellen bei der Untersuchung festgestellt hatte, konnte nach Verlauf einiger Tage nichts mehr von diesen Plagegeistern vorfinden. Somit konnte dem Kind auf einfache Art zur Heilung verholfen werden. Es spornt dies an, den Knoblauch viel mehr im Alltag zu verwenden. Im Quarkbrei vermengt ist er äusserst