

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 39 (1982)
Heft: 7

Artikel: Auf der Jagd nach Pflanzengiften
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-969989>

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: 22.02.2026

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

schen und Körbe zum Einkaufen mitzunehmen, weil man dadurch auf Plastiktaschen verzichten kann, ist es doch nicht günstig, diese durch Verbrennen loszuwerden. Das Sparsystem früherer Zeiten hat sich in vielem gelohnt! Wieviel Zeit verliert man nur schon durch das Ausräumen unserer Briefkästen mit den unerwünschten Reklamebemühungen! Wieviele Versandgeschäfte suchen sich auf diese Weise zu entwickeln, wenn dadurch auch noch so viel Material durch Leerlauf vergeudet wird, während das übliche Verbrennen zudem die Reinheit der Luft beeinträchtigt.

Tragen wir daher lieber dazu bei, dass weniger Umweltgifte erzeugt werden. Es braucht nur ein wenig Überlegung und Sinn für gesunde, natürliche Verhältnisse. Auch unsere Lebensweise sollte sich auf gesunder Grundlage abspielen, damit unser Körper dadurch gestärkt wird, so dass seine innenwohnende Anpassungsfähigkeit nicht unnötigen Schaden erleiden muss und sich eher an unabwendbare Umweltverschmutzung mit ihrer vielseitigen Giftentfaltung gewöhnen kann. Zweckdienlicher wäre auf alle Fälle, zu deren Entstehung nichts mehr beizutragen.

Auf der Jagd nach Pflanzengiften

Mit blindem Eifer sucht man erfolgreiche Pflanzen auf die Liste gefährlicher Gifte zu setzen, um sie kategorisch verbieten zu können. Das ist keine leere Behauptung, sondern eine offensichtliche Tatsache. Bekanntlich ist schon Jahrhunderte hindurch Symphytum, die Wallwurzpflanze, als erfolgreiches Heilmittel im Gebrauch. Ich selbst benütze die Tinktur dieser Pflanze seit mindestens 50 Jahren täglich nach dem Duschen zur wirkungsvollen Körperpflege und nehme regelmässig neben der Echinacoracetinktur auch innerlich einige Tropfen Symphosan ein. Nie konnte ich durch diese Verwendung je einen gesundheitlichen Nachteil feststellen. Obwohl ich bereits im 80. Lebensjahr stehe, fühle ich mich im Gegenteil geistig und körperlich noch immer gesund und leistungsfähig. Aber jedenfalls erwuchs mir dieser Vorteil gerade deshalb, weil ich mich mit der Chemie nie eingelassen habe, dagegen die zu Unrecht verdächtigten Pflanzen als zweckdienliche Heilmittel erwählte, allerdings stets in den Umständen angemessenen Dosis. Zufolge meiner volllauf zufriedenstellenden Erfahrungen mit Wallwurz sträube ich mich daher, den neuzeitlichen Untersuchungsergebnissen eines Chemikers beizustimmen, weiss ich doch, auf welche Weise solche Versuche durchgeführt und ausgewertet werden. Doch durch diese neuesten

Untersuchungen soll Symphytum Pyrrolizidinalalkaloide enthalten, die bei Ratten Entzündungen und Zellschädigungen ausgelöst haben. Es ist nun aber eine Tatsache, dass jeder Stoff, den man isoliert und konzentriert verwendet, völlig anders, vielleicht sogar stark toxisch wirken kann, während er im Verband mit vielen anderen Begleitstoffen sogar heilwirkend zu sein vermag.

Ist verschiedenartige Beurteilung gerechtfertigt?

Warum hat man nicht ebenfalls Kartoffeln wegen ihres Solaningehaltes, der besonders in den Keimlingen reichlich vorkommt, schon lange abgeurteilt und als gefährliches Nahrungsmittel verboten? Die Staude ist mit ihren Früchten ohnedies giftig. Auch wenn bei der Lagerung die obersten Kartoffeln dem Licht ausgesetzt sind und dieserhalb grün werden, gilt dies als Beweis vermehrten Solaningehaltes. Isoliert und konzentriert man Solanin, dann wird es zum starken Gift, mit dem man Mäuse und Ratten schädigen und töten kann. Beim Menschen wirkt jedoch Solanin, in kleinen Mengen verabreicht, wunderbar gegen Rheuma, Gicht und gegen verschiedene Formen von Arthritis. Ist es da bei solch unterschiedlichen Wirkungsmöglichkeiten überhaupt noch ange-

bracht, zur Beurteilung eines Stoffes Rattenversuche als verlässlich zuzuziehen? Gleicherweise verhält es sich in der Hinsicht auch mit den Bittermandeln, die bekanntlich Blausäure enthalten. Man könnte demnach auch dem Konditor mit der gleichen Berechtigung die Herstellung seiner Amaretli mit Bittermandeln verbieten, da sich diese Blausäure doch als Gift auswirken könnte. Dann müsste man aber auch mit dem gleichen Recht den Genuss von Steinobst unter Verbot stellen, und zwar wegen des Blausäuregehalts seiner Kerne, kann dieser Gehalt doch Mäuse und Ratten vergiften, töten und womöglich sogar Krebsgeschwulste bei ihnen auslösen. Dessenungeachtet wirkt jedoch gerade diese Blausäure bei uns Menschen als wunderbares, anticancerogenes Heilmittel, wenn man es in bestimmter Dosis in Verbindung mit natürlichen Stoffen verwendet. Weder Bittermandeln noch Kirschensteine, weder Zwetschgen- noch Aprikosenkerne werden wegen ihres Blausäuregehaltes je einen Chemiker veranlassen, die diesbezüglichen Früchte zu verbieten.

Bekanntlich geniesst der Italiener die teils noch grünen, erst halbreifen Tomaten mit Vorliebe. Kein Chemiker wird ihm diese vorenthalten können wegen der Oxalsäure, die sie in diesem Zustand enthalten, wiewohl es sich hierbei um ein Gift handelt, das in konzentrierter Form sehr schädlich ist, schon weil es Nierensteine bilden kann.

Weitere, stichhaltige Beanstandungen

Sicher ist den Chemikern nicht unbekannt, dass fast in jedem Gemüse, im Spinat und Rosenkohl, in den Spargeln, nebenbei erwähnt auch im Leinsamen irgendein Stoff vorkommt, der, wenn isoliert und konzentriert, Mäuse und Ratten vergiften kann, indem er bei ihnen Entzündungen auslöst oder sie tötet. Aber all diese sogenannten

Gifte kommen eigenartigerweise im biologisch gezogenen Gemüse wie auch in andern Pflanzen, die auf natürlicher Grundlage gedeihen, in einer Dosis vor, die, statt zu schaden, im Gegenteil nützlich ist, da diese normale Dosis sogar mithilft, das biologische Gleichgewicht im Körper zu erhalten. All diese Feststellungen fordern zu andern Schlussfolgerungen auf, als sie in chemischen Kreisen heute üblich sind.

Ebenso befremdend mag es uns erscheinen, dass das Pflichtbewusstsein der Chemiker nicht auch auf die Nachteile der Nitrite übergreift, um sie zu beanstanden. Da sie aber gerade durch die chemische Düngung in die Gemüse gelangen, wird man von irgendeiner diesbezüglichen Erwähnung abstehen, obwohl ihre Schädlichkeit längst erwiesen ist. Gleicherweise verhält es sich mit den Rückständen der Insektizide und Fungizide, die wir leider in den heute feilgebotenen Handelswaren in Kauf nehmen müssen. Alle diese Produkte sind schädigend und gefährlich, nicht aber unbedingt auch jene Stoffe, die wohl als Gifte gelten mögen, sich durch die natürliche Proportion im biologisch gezogenen Gemüse jedoch nicht als solche auswirken. Weitere Beanstandungen sollten logischerweise auch die vielen chemischen Medikamente treffen, die bereits in nicht einmal allzugrosser Überdosierung Ratten und Mäuse schädigen und töten können, aber ebenso auch uns Menschen. Sicher wäre da manches pflichtgemäß zu verbieten, bevor man nach der Methode: «Haltet den Dieb!» die Pflanze in Misskredit zu bringen sucht. Merken wir uns also des Rätsels Lösung gut, denn viele einzelne Stoffe, die eine Pflanze enthält, können, wenn sie isoliert und konzentriert werden, als Gift wirken, während sie in der natürlich vorkommenden Form und Dosis nützlich und sogar heilwirkend sein können.