

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 39 (1982)  
**Heft:** 8

**Artikel:** Digitalis purpurea, roter Fingerhut  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-969993>

#### 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>**

## Digitalis purpurea, roter Fingerhut

Noch wächst in unseren Alpentälern der rote Fingerhut als wilde Heilpflanze. Aber auch in unseren Gärten ist Digitalis purpurea unter den üblichen Gartenblumen eine eigenartige Zierde. Bekanntlich blüht sie vom Mai bis in den August hinein. Sie hat allerdings noch eine Schwester, die Digitalis lanata. Jede dieser Digitalisarten enthält ein starkes Gift, das auf unsere Herzmuskeln so wirkt, wie ein Peitschenschlag auf ein unwilliges oder müdes Pferd. Der Wirkstoff von Digitalis setzt demnach so prompt auf das ermüdete Herz ein, wie das heftige Aufrütteln der Peitsche. Weil nun das Digitalisgift so zuverlässig wirkt, ist der Arzt sehr leicht versucht, rasch nach ihm zu greifen, es also oft, ja nur allzuoft einzusetzen. Mag ihm diese rasche Hilfeleistung auch willkommen sein, sollte er doch stets bedenken, dass es sich bei Digitalis um ein Gift handelt, das, wie jedes stark wirkende Medikament, seine Nachteile aufweist. Kürzlich bezog sich ein bekannter Pharmakologe und Lehrstuhlinhaber einer deutschen Universität in der Presse auf diesen Umstand, indem er beanstandete, dass Digitalispräparate allzuoft unnötig verordnet würden. Als Ursache dieses Vorgehens erwähnt er eine mangelhafte Diagnose, weil der Arzt oftmals Herzmuskel-schwäche vermute, während die aufgetretene Störung nur auf einen gewissen Trainingsmangel zurückzuführen sei oder auch auf seelischer Verkrampfung beruhe. Aufreibende Sorgen können leicht zu Verkrampfungen führen. Aber auch zu wenig Bewegung und Atmung verursachen wegen Sauerstoffmangels oft Herzschmerzen, ja sie können sogar Herzkrämpfe entstehen lassen. Eine solche Störung würde nun allerdings vorteilhafter durch eine Wanderung in Wald und Feld als durch die Verordnung und Einnahme von Digitalis-präparaten behoben werden. Noch soll der genaue Wirkungsmechanismus, der bei dieser Giftpflanze die Schlagkraft des Herzens fördert, nach der Bekanntgabe des erwähnten Professors, nicht völlig erforscht sein. Da sich dieses Gift nun aber konzen-

triert, indem es sich im Herzmuskel festsetzt, besteht bei längerer Einnahme die Gefahr einer Vergiftung. Die Nachforschung ergab, dass in Europa mehr als zehnmal soviel Digitalis verordnet worden ist als in Amerika. Durch die seelische Beeinflussung der Psychotherapie und vor allem mit der Bewegungstherapie könnte man bestimmt auf harmlosere Weise zu einem Erfolg gelangen.

## Die Hilfeleistung von Convallaria

Des weiteren wäre Convallaria, das Mai-glöckchen, weniger riskant als Digitalis. Dieses ist nämlich ebenfalls ein Herzglykosid und enthält als solches ein Gift zur Anregung des Herzmuskels. Da es jedoch harmloser ist als Digitalis, ist es diesem vorzuziehen, kann es doch ebenfalls zur notwendigen Anregung dienen. Es besitzt den Vorteil, dass es nicht kompensiert, also nicht im Herzmuskel hängen bleibt, sondern wieder aus dem Körper ausgeschieden wird. Auf alle Fälle ist es bei Herzmuskelschwäche ratsamer, zu ungiffigen Pflanzenmitteln zu greifen, statt ein Risiko einzugehen.

## Was der Weissdorn ermöglicht

Daher ist Crataegus, der Weissdorn, ganz besonders empfehlenswert. Er hat sich denn auch aufs beste bewährt, vor allem, weil er völlig harmlos ist, aber gleichwohl erfolgreich wirken kann, um den Herzmuskel hilfreich zu stärken. Kein Wunder, dass das daraus gewonnene Pflanzenpräparat Crataegisan auch dem gesunden zudem in vorbeugendem Sinne dienlich sein wird, wenn sich ein solcher vor grosse Anstrengungen gestellt sieht, die schwer durchzustehen sind. Auch der Sportler ist leistungsfähiger, wenn er dieses Pflanzenpräparat zur Stärkung seiner Herzmuskeln verwendet. Es wirkt zwar allerdings nicht so rasch wie ein Digitalispräparat und erfordert demnach mehr Geduld, bis die günstige Wirkung einsetzt. Aber was hat

das schon zu bedeuten, wenn man bedenkt, dass dadurch das Risiko ausfällt, das in Betracht gezogen werden muss, wenn man sich an die Giftwirkung von Digitalis gewöhnt und deshalb davon abhängig wird.

### Ein neuer Ausweg

Eine weitere Hilfsquelle bei Herzmuskel-schwäche ist neuerdings auch die Anwendung der Akupunktur, da das Herz dadurch ausgezeichnet beeinflusst, gestärkt und angeregt werden kann.

## Die Unbeständigkeit der Wirkstoffe

Bekanntlich enthalten unsere Nahrungsmittel Eiweiss, Fett und Kohlenhydrate als die weniger empfindlichen Nährstoffe. Jene aber, die sich als empfindlicher erweisen sind Vitamine, Enzyme, Geruchs- und Geschmackstoffe. Gesamthaft bezeichnet man diese als Vitalstoffe. Sie sind gewissermassen die Wirkstoffe oder Bausteine des Lebens, und es ist als nachteilig zu bewerten, dass sie eigentlich alle sehr unbeständig sind. Je feiner wir sie darstellen, um so mehr sind sie dem Zerfall preisgegeben.

### Nachteil der Lagerung

Das kommt hauptsächlich beim Lagern zur Geltung, sind diese Vitalstoffe dadurch doch dem Abbau und Verderben ausgesetzt. Aus diesem Grunde ist es keineswegs leicht und einfach, irgendwelche Konzentrate von Vitalstoffen herzustellen, ohne dass sie von Tag zu Tag an Wert verlieren, wenn man sie lagern muss. Das heisst also, dass wir uns auf den bleibenden Wert dieser Wirkstoffe nicht verlassen können. Basische, also alkalische Stoffe, gehen sehr gerne und leicht mit einer Säure, besonders mit Sauerstoff eine Verbindung ein. Sie sind demnach jenen heiratsfähigen Menschen zu vergleichen, die keine Ruhe haben, bis sie sich mit einem geeigneten Partner fürs Leben verbinden konnten. Vitalstoffe, die mit ihren Begleit- oder Ballaststoffen verbunden sein können, werden dadurch viel beständiger und in der Wirksamkeit intensiver. Man kann sie nun aber aus dieser Verbindung herausreissen, und zwar durch die sogenante Reindarstellung, was zu einem sehr nachteiligen und grossen Problem führt, weil es dadurch schwierig wird, ihre Haltbarkeit zu erlangen. Schon vor Jahren besprach ich diese Schwierig-

keit mit Prof. Abderhalden von der Zürcher Universität, wobei wir Versuche durchführten, um dem Vitamin C im Haubuttenmark grössere und längere Haltbarkeit beschaffen zu können. Nicht nur in Konzentratoren und Extraktten, sondern auch in der natürlichen Verbindung mit allen Begleit- und Ballaststoffen können sich die Vitalstoffe täglich vermindern. Es ist daher nicht erstaunlich, dass sogar Gemüse und Früchte durch die übliche Lagerung stets an Vitalstoffen abnehmen. Das kommt im Winter noch mehr und im Frühjahr am meisten zur Geltung, weil dieser Umstand es erschwert, den Bedarf an Vitalstoffen zu decken, was mit der lästigen Frühlingsmüdigkeit zusammenhängen mag. Es bietet deshalb einen gewissen Vorteil, dass man infolge raschen Flugverkehrs jeweils aus südlichen Ländern frische Früchte und Gemüse erhalten kann, trägt dies doch dazu bei, auch in ungünstiger Jahreszeit den Vitalstoffbedarf eher decken zu helfen. Kühl gelagerte Früchte und Gemüse, wie auch tiefgefrorene Früchte, sind wertvoller und auch vitalstoffreicher als zusammengeschrumpftes Lagergut aus Kellerräumen, die ohnedies durch die Zentralheizung benachteiligt werden.

### Die ausschlaggebende Qualität

Ausser den Tinkturen gibt es sogar gewisse Heilmittel, die durch die Lagerung an Wirkstoffen verlieren können. Das führt dann bei der Kontrolle durch die Vitamininsti-tute zu Beanstandungen. Müdigkeitsscheinungen und ein Nachlassen geistiger und körperlicher Leistungsfähigkeit ist oft einem Mangel an Vitalstoffen zuzuschreiben. Besonders jene, die sich an raffinierte