

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 41 (1984)  
**Heft:** 1

**Artikel:** Gift in Arzneipflanzen  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-551303>

#### 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>**

sichtig sein, wenn sie in höhere Lagen über 1500 Meter hinaufgehen wollen. Besonders wenn man mit einer Bergbahn hinauffährt, haben die Gefäße nicht genügend Zeit, mit ihrer selbstregulierenden Einrichtung, die veränderten Druckverhältnisse auszugleichen. Es kann leicht zu kurzen Absenzen kommen, zu Schwindelgefühlen, ja sogar zu Schlechtsein und nicht zuletzt zu einem Brechreiz. Wenn man zu Fuss die gleiche Höhe besteigen würde, hätte man in der Regel keine derartigen Störungen, weil die Gefäße genügend Zeit hätten, sich anzupassen. Und wenn beim zu plötzlichen Fahren in die Höhe nicht gerade ein Herz- oder Hirnschlag (Apoplexie) ausgelöst wird, dann hat man wieder einmal Glück gehabt. Nun, es muss ja nicht immer gerade so schlimm herauskommen, und es muss auch nicht immer ein buchstäblich hoher Berg sein, der solche Gefahren im Gefäßsystem auslöst. Anstelle eines Berges können Aufregungen, Überanstrengungen, Mangel an Schlaf und Entspannung zu sehr gefährlichen Situationen in den Kreislauforganen führen, und das gezwungene freundliche Lächeln von Bundesrat Ritschard an der Olma konnte mich über seinen Gefahrenzustand nicht hinwegtäuschen.

Ich habe noch zu meiner Tochter gesagt, dieser Mann hätte dringend eine Entspannung nötig, wenn ein Unglück verhindert werden sollte, denn für das geübte Auge

eines Fachmannes waren die kleinen Absenzen sowie der etwas unsichere Gang besorgnisregende Symptome. Viele Politiker, wie auch der Erdnussfarmer Carter in Amerika, hatten höchste Zeit, sich aus der übermässigen Stresssituation zurückzuziehen, sonst hätte es ihnen genau gleich gehen können. Wer heute im Rampenlicht der Öffentlichkeit steht, bei der heutigen seelischen und körperlichen Belastung, muss eine gute Erbmasse haben, wenn er zu allem noch mit den Umweltschäden fertig werden und durchhalten will. Wer dies nicht beizeiten einsieht und den Ehrgeiz hat, oder durch Umstände gezwungen wird, trotz diesen natürlichen Gegebenheiten eines nervlich und gefäßbedingten überforderten Zustandes, weiterzumachen, kann plötzlich von einer Katastrophe erfasst werden, zum grossen Leide seiner Familie und Freunde und all derer, die noch jahrelang, im Ruhestand, von seinen Erfahrungen hätten profitieren können. Wer in Freundeskreisen, ja sogar in der eigenen Familie, schon solche Überraschungen erfahren musste, weiss, was es zu bedeuten hat, wenn man nicht gelernt hat, rechtzeitig «nein» zu sagen zu all dem, was über das normale Mass des Erträglichen hinausgeht in bezug auf das Nerven- und Gefäßsystem, das mit all seinen wunderbaren Funktionen nicht alle Überbelastungen korrigieren kann.

## Gift in Arzneipflanzen

Immer wieder erscheinen Artikel, die altbewährte Arzneipflanzen in Misskredit bringen, indem von Wissenschaftlern behauptet wird, dass darin Stoffe enthalten seien, die Organschädigungen hervorrufen können und auch im Verdacht stehen würden, Krebs zu verursachen. Dabei werden einige Gehaltstoffe, vor allem Alkaloide, erwähnt, die bei Tierversuchen Krebs ausgelöst hätten. Es ist sehr fraglich, ob diese Versuche objektiv durchgeführt wurden,

welche Mengen und unter welchen Voraussetzungen diese Alkaloide verabreicht wurden. Zudem sind Tierversuche nur bedingt richtig. Belladonna zum Beispiel und Digitalis, die in gewissen Mengen ein Kind, ja sogar einen Erwachsenen, töten können, werden von Schafen als Futter gefressen, ohne irgendeine giftige Nebenwirkung. Eibenbeeren, die wir als Kinder immer gegessen haben, können, wenn man sie Pferden verfüttert, ihren Tod verursachen.

Steinobst enthält bekanntlich Blausäure, und als Kinder haben wir uns immer ein Vergnügen daraus gemacht, Zwetschgen- und Aprikosensteine aufzuklopfen und zu essen. Und jeder Konditor macht seine «Amarettli» mit Bittermandeln, und es würde niemandem in den Sinn kommen, nun einen Warnartikel in der Presse erscheinen zu lassen, dass man mit Blausäure einen Menschen töten kann. Es kommt bei allen Giften, besonders bei den pflanzlichen Giften, auf die Menge an. Ein kleines Quantum eines Giftes, wie zum Beispiel der Blausäure, kann, wie die Forschung gezeigt hat, heilend in der Krebstherapie mitwirken, und ein grosses Quantum von der gleichen Substanz kann vergiften und töten. Tomaten, wenn sie nicht reif sind, wie auch andere unreife Früchte enthalten Oxalsäure und andere Gifte, die nicht nur Nierensteine bilden können, sondern sogar andere Schädigungen auslösen vermögen. Aber es würde niemandem einfallen, deshalb die Tomaten als gesundheitsschädigend, eventuell als krebsfördernd in der Presse zu verschreien. In bezug auf Wirkstoffe in den Pflanzen muss man immer den weisen Spruch von Paracelsus in Erinnerung behalten, wenn er sagte: «Alles ist Gift, es kommt nur auf die Menge an». Und gerade diese Menge zu bestimmen ist Sache des biologisch geschulten Fachmannes. Zudem wird Krebs nicht durch einen einzelnen spezifischen

Stoff erzeugt, sondern verschiedene Faktoren zusammengenommen bewirken diese degenerative Erscheinung in den Zellen des Körpers.

Wenn deshalb in der Zeitschrift «Kassenarzt» (14/83) altbewährte Pflanzen wegen Alkaloide als krebsfördernd verschrien werden, wie zum Beispiel der harmlose Huflattich, die bei Arthritis so bewährte Beinwellwurzel und andere harmlose Kräuter, dann macht uns dies den Eindruck eines Ablenkungsmanövers der Wissenschaft beziehungsweise der Schulmedizin oder Chemotherapie, und es wäre heute bei den katastrophalen Auswirkungen der Umweltverschmutzung weit notwendiger und wichtiger, das wirklich krebsfördernde Blei aus dem Benzin wegzulassen und dafür zu sorgen, dass viele nachweisbar krebsfördernde Substanzen zum Verschwinden gebracht werden könnten wie Benzpyren, Arsenik und Asbeststaub und andere Giftstoffe, denen wir besonders in den Industriegegenden täglich ausgeliefert sind, durch die Luft, durch Staubpartikelchen und zum Teil auch durch umweltgeschädigte Nahrungsmittel und Getränke. Man gewinnt den Eindruck, dass gewisse Kreise durch solche Ablenkungsmanöver – in welchen man Pflanzen als gesundheitliche Gefahrenmomente herausstellen möchte – versuchen, von den viel gefährlicheren Schädigungen der Industrie und der Chemie abzulenken.

### Was macht man gegen Vitaminmangel im Winter?

Aus Erfahrung wissen wir, dass durch die Lagerung von Obst und Gemüsen, überhaupt von Nahrungsmitteln, der Vitamingehalt immer etwas abnimmt, so dass man im Winter doppelt gefährdet ist, was den Vitaminmangel anbelangt. Darum redet man ja auch von einer Frühjahrsmüdigkeit. Es ist notwendig, dass man gerade in der Winterzeit öfters Citrusfrüchte isst, seien es nun Orangen oder Grapefruits – die am bekömmlichsten sind – damit man wenigstens in bezug auf Vitamin C keinen

Mangel leidet. Sehr gut ist es auch, wenn man Gemüsesaft trinkt, den gemischten Gemüsesaft, wie wir ihn aus Rinden (Rote Bete), Karotten und Sauerkraut hergestellt haben. Man bekommt ihn in jedem Geschäft, wo Vogel-Produkte angeboten werden. Dieser wirkt einem Vitaminmangel günstig entgegen.

### Mangel an Mineralstoffen

Es geht nicht nur um die Vitamine, sondern ebenfalls um die Nährsalze oder Mineral-