

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 41 (1984)  
**Heft:** 5

**Artikel:** Wallwurz (*Symphytum officinalis* : Comfrey)  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-552308>

#### 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:** 10.02.2026

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

schlag, Herpes simplex, fertig zu werden, ist Petasites officinalis, mit dem deutschen Namen Pestwurz. Patienten, die jahrelang immer wieder an Herpes simplex gelitten haben, bestätigen dies. Mit einer gewöhnlichen Alkohollösung von Petasites, vor allem aus der Wurzel hergestellt, kann dieses lästige Leiden nach kurzer Zeit beseitigt werden. Sollte es sich, was vorkommen kann, um eine Mischinfektion von Pilzen handeln, dann kann man, im Wechsel, auch Spilanthes mauretania, das ist eine ostafrikanische Pflanze, anwenden. Diese wirkt natürlich bei einer anderen, ebenfalls unangenehmen Erscheinung der Schleimhäute, bei Aphthen, sehr prompt und zuverlässig. Spilanthes mauretania wird von den Einheimischen in Ostafrika frisch ge-

braucht, indem sie diese Pflanze direkt vom Felde nehmen und kauen. Petasites officinalis ist die bei uns sehr bekannte Pflanze, die an Bächen immer wieder angetroffen wird. Sie hat grosse, rhabarberartige Blätter, die einen Durchmesser von 50 bis 70 cm erreichen können. Charakteristisch ist ihr rötlicher Blütenstengel. Die Pflanze kann praktisch mit keiner anderen verwechselt werden. Petasites officinalis hat zugleich noch eine krampf- und schmerzstillende Wirkung. Wenn man die Wurzel ausreißt und ein Stück davon kaut, wird man feststellen können, dass die durch Verkrampfungen hervorgerufenen Schmerzen, seien es Periodenschmerzen bei Frauen oder Migräne, abklingen und oft ganz verschwinden.

### Wallwurz (*Symphytum officinalis* – Comfrey)

In letzter Zeit hat man so viel Kritik über diese Heilpflanze gehört; pro und kontra, wie man so sagt. Ich persönlich muss mich immer wieder für diese Pflanze einsetzen. Wenn man die daraus hergestellten Präparate richtig anwendet, dann ist die Pflanze immer noch die zuverlässigste Helferin gegen so viele Funktionsstörungen und Mängel, die sich durch die starke Belastung mit Umweltgiften, durch Fehler in der Ernährungsweise, immer wieder einstellen.

#### Ihre Vorteile

Wallwurz, besonders die russische Comfrey, hat, wie wir aus Amerika erfahren, 28% Protein; also nicht nur die Wurzel, die man vorwiegend wegen der Schleimstoffe gebraucht, sondern auch das Kraut. In Amerika wird das Kraut wegen des hohen Eiweissgehaltes oft als milchbildendes Viehfutter verwendet.

Von amerikanischen Kollegen habe ich auch vernommen, dass sie den Tee des Krautes gegen Diabetes, also gegen die echte Zuckerkrankheit, verordnen. Abwechselnd sollte man einen Tee aus grünem Kaffee trinken. Damit kann man ein rasches Sinken des Blutzuckers erwirken und feststellen.

#### Vor- und Nachteile erwägen

Pflanzen sind wie gute Freunde, wie Du und ich. Wir haben Vor- und Nachteile, die man oft gut abwägen muss, und das, was stärker zieht, ist ausschlaggebend. Mit vielen Pflanzen kann man wunderbare Heilwirkungen erzielen, wenn man sie entsprechend dosiert und sie zur richtigen Zeit anwendet.

#### Schöne Haut durch Wallwurz

Zu diesen Wunderpflanzen gehört Wallwurz, sowohl das Kraut wie die Wurzel. Aus der Tinktur der Wurzel kann man einen wunderbaren, schleimhaltigen Einreibestoff herstellen. Es scheint keine zweite Pflanze zu existieren, die die Haut so fein und so elastisch macht, wenn man sie längere Zeit damit behandelt; immer nach einer warmen Dusche oder einem Bad. Man wird beobachten, wie die Hauttätigkeit und deren Elastizität verändert wird. Es hilft die Balance im Körper wieder herzustellen.

#### Wertvolle Inhaltsstoffe

Wallwurz, also Comfrey, wie es auf Englisch heißt, ist reich an Calcium und Phos-

phor. In Amerika wird ziemlich viel Comfrey-Tee getrunken, aus den Blättern zubereitet. Weil die Blätter reich sind an Vitamin A, C und E, aber auch aus der Vitamin-B-Gruppe B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub> und B<sub>12</sub> enthalten, ferner 18 Aminosäuren, ist dieser Tee, auch wenn er ganz schwach getrunken wird, eine feinstoffliche Bereicherung für unseren Körper. Er ist einem gewöhnlichen Genusstee weit überlegen. Nicht umsonst hat diese Pflanze in deutsch nicht nur den Namen Wallwurz, sondern auch Beinwell. Somit kann man einen doppelten Wirkungseffekt erzielen, nämlich äußerlich zur Regenerierung der Haut und innerlich als einen an Heilsubstanzen reichhaltigen Tee.

Früher, schon zu Großmutter's Zeiten, hat man bei Quetschungen oder nach chirurgischer Behandlung von Knochenbrüchen Auflagen mit gequetschten Blättern und mit zu Brei verriebenen Wurzeln gemacht, um schönere Narben und ein besseres Ausheilen zu erwirken. Heute muss man nicht mehr so umständlich vorgehen. Ein mit Wallwurztinktur getränktes Tüchlein oder ein Wattebausch werden auf die Narbe oder Bruchstelle gelegt. Dadurch mag auch der Name Beinwell geprägt worden sein. Auch Arthritiker und Rheumatiker können durch solche Auflagen, wenn diese Anwendung über längere Zeit durchgeführt wird, eine Schmerzverminderung oder sogar eine Beseitigung der Schmerzen erreichen.

## Erfahrungen aus dem Leserkreis

Aus Finnland erreicht uns auszugsweise folgender Brief einer Patientin:

«Ich muss auch ein bisschen vom Erfolg Ihres Produktes Rauwolvisca erzählen. Ich habe nämlich Rauwolvisca zwei Frauen gegeben, die einen erhöhten Blutdruck hatten. Der Blutdruck der Frau V. ist nun besser als früher. Und der Blutdruck der Frau I. ist nun normal. Frau I. konnte wegen ihres Herzfehlers keine chemische Blutdruckmedizin gebrauchen. Aber Rauwolvisca passt gut für sie. Sie ist sehr zufrieden».

Dieses natürliche Pflanzenpräparat Rauwolvisca weist auf die Zusammensetzung des Medikamentes hin. Rauwolfia ist eine in Indien heimische Pflanze, Viscum album, so wird bei uns die heilsame Mistel genannt.

Bei nervösem Naturell und Personen, die sich leicht aufregen und unter Stress stehen, eignet sich ein ähnliches Mittel, das statt Mistel ein Extrakt aus Hafer enthält, nämlich Rauwolfavena.

Gleichzeitig muss bei Bluthochdruck eine kochsalzarme Diät beachtet werden, unter Einschaltung von Reis-Apfel-Tagen, denn Naturreis vermag Arterien zu regenerieren und enthält genau wie Äpfel nur sehr wenig

Natrium. Natrium ist ein Bestandteil des Salzes und für Hypertoniker deshalb schädlich. Andererseits können wir ganz ohne Natrium nicht leben und deshalb muss eine kochsalzarme, aber nicht kochsalzfreie Diät eingehalten werden.

### Akne

Die Behandlung dieses eitrigen Ausschlages, der meistens bei Jugendlichen auftritt, bedarf viel Geduld und Selbstdisziplin. Oft plagt man sich über Jahre mit diesem Leiden herum, das nicht zuletzt zu einer psychischen Belastung für den Betroffenen wird.

Ich freue mich immer auf Briefe aus dem Leserkreis, die auf einen Erfolg hinweisen. Im Zusammenhang mit der Akne schreibt mir Frau D. aus N. am 2.12.83:

«Nun noch bezugnehmend auf Ihr Antwortschreiben vom 17.8.83 betreffs meiner Tochter.

Sie hat Ihre Anweisungen strikte befolgt. Der Erfolg ist dann auch nicht ausgeblieben. Der Ausschlag im Gesicht ist beinahe verschwunden und die Menstruation kommt ebenfalls wieder regelmäßig. Nochmals besten Dank für Ihre Ratschläge.»