Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 42 (1985)
Heft: 6

Artikel: Weissdorn (Crataegus oxyacantha)
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-969879

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: 02.10.2025

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

Achtung Igel!

Wie oft habe ich schon Igelmütter beobachtet, wenn sie mit ihren Jungen durch den Garten spazierten. Es ist immer eine liebe Erinnerung an die Jugendzeit, da man bereits als Kind immer solche Freude an diesen putzigen Tierchen hatte. Damals konnte man sie noch in den Gärten antreffen.
Kürzlich fanden wir ein kleines, ca. 10 cm langes Igelchen im Gras. Die Mutter war nicht da. Wir liessen es schön liegen und hofften, die Mutter würde es holen. Aber leider kam sie nicht. Wir stellten dem Igelchen etwas Milch hin, aber es wollte nicht trinken. Wir konnten nicht verstehen, was da wohl geschehen war. Am Abend war das Tierchen tot.

Giftige Schneckenkörner

Ich bin der Sache nachgegangen und habe festgestellt, dass in der Nähe jemand wieder Schneckenkörner in ein Salatbeet gestreut hatte. Ich fand dort tote Schnecken und viele Schleimspuren. Ich vermute nun, dass der alte Igel von diesen Schnecken gefressen hat. Als Folge davon verkroch er sich. Und das Kleine, noch im Säuglingsalter, ging daran auch zugrunde. Auf den Packungen steht neuerdings der Hinweis, dass die Schneckenkörner für Igel ungefährlich sind. Aber ist dies wirklich auch ausprobiert und nachgewiesen worden? Wenn zuviele Schnecken vorhanden sind, ist es besser, sie im Notfall human zu vernichten oder sie mit Bier einzufangen, so wie wir dies im «Kleinen Doktor» berichtet haben. Aber auf keinen Fall sollte man Schneckenkörner auslegen. Es muss sicher furchtbar qualvoll für ein Tier sein, an Gift zugrunde zu gehen. Früher gab es viele natürliche Feinde der Schnecken, wie Salamander, Frösche, Igel, Greifvögel und alles mögliche, die uns geholfen haben, eine Schneckenplage im Zaume zu halten.
Der Kampf mit Giften gegen Tiere, die uns im Garten nützlich sein könnten, ist als eine schlechte, falsche Methode zu bezeichnen. Überall, wo wir durch Eingreifen der Chemie das Schwergewicht in der Natur gestört haben, müssen wir in irgendeiner Form dafür bezahlen.

Weissdorn (Crataegus oxyacantha)

Im ganzen Alpengebiet, vor allem aber im Jura und in den Voralpen, trifft man den Weissdorn an, der uns im Herbst mit seinen schönen, roten Früchten erfreut und wer über seine Wirkung orientiert ist, und uns auch gesundheitlich zu dienen vermag.
Auf Wanderungen tut man gut daran, die roten Beeren zu pflücken und davon zu essen. Sie sind etwas süsslich, haben im Grunde genommen einen angenehmen Geschmack und sind vor allem für ältere Leute eines der besten Stärkungsmittel für die Herzmuskulatur, und vor allem für die Herznerven. Weissdorn hat den grossen Vorteil, dass er absolut ungiftig ist. Man kann davon monatelang einnehmen und wird immer Nutzen daraus ziehen.

Herzerkrankungen vorbeugen

Heute, da die Kreislauferkrankungen und der Kreislauftod so erschreckende Ausmasse angenommen haben, ist es für jeden Menschen über 50 empfehlenswert, regelmässig Crataegus in irgendeiner Form einzunehmen. Sehr praktisch ist die Tinktur. Davon nimmt man dreimal täglich etwa 20 Tropfen. Diese Dosis genügt, um dem Herzen eine bessere Spannkraft und den Herznerven die notwendige Unterstützung angedeihen zu lassen. Dabei darf man nicht vergessen, seinen Tagesablauf ruhiger zu gestalten. Ein Leben unter Dauerstress, Ärger, wenig Bewegung und Unmässigkeiten im Essen und Trinken sind bestimmt keine Wohltat für das Herz. Die Vorausset-

zungen für ein leistungsfähiges Herz müssen im vorhinein gegeben sein.

Schwierigkeiten beim Einschlafen

Wer schlecht schläft, weil seine Gedanken nicht ganz abschalten, kann am Abend seinen Crataegus-Tropfen noch 20 Tropfen Avena sativa beifügen. Wer noch mehr tun will, besonders vor dem Zubettgehen, kann zusätzlich noch 10 bis 20 Tropfen der Königin der Nacht hinzufügen, der Passiflora incarnata. Mit diesen reinen Pflanzentinkturen kann man sich enorm viel helfen. Mancher hätte seine Kreislauferkrankungen heilen, ja sich sogar vor dem Kreislauftod bewahren können, wenn er einige Monate diese drei Heilmittel eingenommen hätte. Selbstverständlich ist es gut, wenn man zugleich, besonders bei hohem Blutdruck, die Ernährung umstellt, wie dies in den «Gesundheits-Nachrichten» immer empfohlen wird. Aber das muss schrittweise mit viel Geduld durchgeführt werden, besonders bei älteren Leuten, die ihre Lebensgewohnheiten nicht mehr gerne ändern.

Vorteile des Weissdorns

Crataegus-Tinktur hat den grossen Vorteil, dass man sich nie daran gewöhnt in dem Sinne, dass ihr Wirkungseffekt nachlassen würde. Sie wirkt immer; Herznerven und Herzmuskulatur werden für diese Hilfe sehr dankbar sein!

Diese Tinktur hat sich in Tausenden von Fällen, bei Altersherzen, Herzschwäche, hohem Blutdruck und bei Herzstichen mit Angstzuständen ausgezeichnet bewährt.
Müde und erschöpfte Leute sollten auf dieses einfache, phytotherapeutische Pflanzenmittel nicht verzichten. Es ist besser erträglich als irgend ein Herzmittel und kann ohne weiteres monatelang mit gutem Erfolg eingenommen werden.

Verträglichkeit mit anderen Herzmitteln

Crataegus hat auch seine zuverlässige und kräftigende Wirkung, wenn der Arzt andere Herzmittel, vielleicht viel stärkere, verschrieben hat. Aber oft sind stärkere Herzmedikamente nicht nötig, wenn man beizeiten seine Kreislaufstörungen durch eine Umstellung in der Lebensweise und durch regelmässiges Einnehmen von Crataegus, also Weissdorn-Tinktur, beeinflusst.
Warum noch warten, bis man plötzlich zusammenbricht, wenn es etwas so einfaches gibt, das einem behilflich sein kann, eine degenerative Erscheinung in unserem Kreislaufsystem langsam aber sicher zu beheben? Auch da ist der alte Grundsatz anzuwenden: «Vorbeugen ist besser als Heilen»! Deshalb sollten Frauen und Männer, die an der Schwelle ihres 50. Lebensjahres stehen, für ihr Herz etwas tun, das die Lebenskraft belebt, damit es uns noch viele Jahre unermüdlich dienen kann.

Ist Spitzensport der eigenen Gesundheit gegenüber zu verantworten?

Es gibt nur sehr wenige, die den Stress des Spitzensportes auf die Dauer durchzuhalten vermögen. Sie müssen eine ganz speziell gute Erbanlage besitzen, um nicht an einem Übermass an Beanspruchung und Erschöpfungszuständen zu scheitern. Ich hatte auch Spitzensportler gesundheitlich zu beraten. Oft waren es nach meiner Beurteilung nicht nur die Beanspruchungen durch den Sport, sondern die daraus resultierenden gesellschaftlichen Verpflichtungen, die die Reserven allzu rasch verbrauchten. Am schlimmsten davon betroffen sind die Boxer und andere Arten von Kampfspielen. Ein guter Freund von mir hat Muhammad Ali einmal als dessen Rechtsanwalt vertreten. Jetzt liest man in der Presse, dass Muhammad Ali schon mit 42 Jahren ein Wrack ist, mit Symptomen von Parkinson, von Kachexie, einem Kräftezerfall.

Auch die Ärzte, die ihm für teures Geld Hormone zum Aufpäppeln verschreiben, werden ihm die zerstörten Reserven nicht