

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 45 (1988)
Heft: 2

Artikel: Tiere und Heilpflanzen
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-551627>

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: 21.02.2026

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

cheln. Dann wird unsere Leber bestimmt nichts dagegen haben, auch wenn sie nicht mehr ganz so funktionstüchtig ist.

Erhitzte Fette belasten die Leber

Erhitzen wir aber Öle oder Fett, indem wir etwas darin backen, dann bilden sich freie Fettsäure und alle möglichen Nebenprodukte. Die so entstandenen Giftstoffe kann nur eine ganz gesunde Leber und ein möglichst reichlicher Gallenfluss verkraften. Steht dies aber nicht mehr zur Verfügung, dann entstehen Störungen, und wir müssen uns eben daran gewöhnen, auf diese Zubereitungsmethoden wie beispielsweise auf das Fritieren zu verzichten. Schlimm ist es für Menschen, die in Restaurants essen müssen, wo sie keine Kontrolle über die

Zubereitungsart haben. Zu Hause hingegen lässt sich dies alles gut bewerkstelligen.

Schwieriger Ausweg in Gaststätten

In Diätrestaurants, vor allem in vegetarischen Gaststätten, sollte man für eine gute Zubereitung ohne Fette und Öle Verständnis haben. In Hotels und Gaststätten kann man oft seine Wünsche äußern, die, falls der Koch Verständnis hat, auch erfüllt werden. Sonst muss man sich eben nach einem anderen Restaurant umsehen. Nicht umsonst hat man den Begriff «Kochkunst» geprägt. Es ist wirklich eine Kunst, nicht nur schmackhafte, sondern auch gesunde Speisen zu kochen, die auch Menschen mit einer empfindlichen Leber vertragen können.

Tiere und Heilpflanzen

Wer auf dem Lande aufgewachsen ist und somit Gelegenheit hatte, Tiere zu beobachten, ist oft erstaunt, wie geschickt diese sind. Seien es nun Pferde, Kühe, Schafe oder Ziegen, wenn sie frei weiden dürfen, futtern sie nicht einfach alles in sich hinein. Jedes Tier bevorzugt gewisse Kräuter, die anderen lässt es stehen. Als Bub habe ich oft Kühe gehütet. Wenn sie aus dem Stall auf die Weide kamen, frass sie zum Beispiel Wiesenkerbel oder Hahnenfuss, später liessen sie diese aber stehen. Ich fragte einen alten Bauer nach dem Grund, und er erklärte mir, dass die Kühe gar nicht so dumm seien wie man oft annimme. Anfangs fressen sie alles, und dann merken sie, dass ihnen nicht sämtliche Kräuter guttun. Sie leiden unter Harnverhaltungen und meiden Pflanzen, die solche Symptome auslösen. Plötzlich sieht man, wenn eine Wiese abgeweidet ist, dass all diese weniger gut oder sogar schädlich wirkenden Pflanzen stehen geblieben sind.

Der Instinkt als sichere Heilanzeige

Schwieriger haben es die Tiere, wenn man die Wiese mäht und das Gras in die «Krüppel» gibt. Auch dann beginnen sie ein wenig

zu «schneuggen» und zu erlesen, aber leider sind viele gute Kräuter wie Wiesensalbei, Esparsetten und empfindliche Kleearten durch die moderne Düngung, besonders durch Kunstdünger, verschwunden. Unsere Weidetiere haben es nicht mehr so leicht wie früher, ihre guten, heilwirkenden Kräuter zu finden. Glücklicherweise ist der Löwenzahn sehr zäh. Er wirkt auch bei Tieren gut auf die Leber. Gewisse Kleearten gibt es auch noch. Aber im übrigen hat das Gras nicht mehr die gleichen Heilwerte wie früher, als die Wiesen noch in buntem Blumenflor standen. Bei Haustieren sieht man, wie sie sich oft instinktiv gewisser Kräuter bedienen, wenn ihnen irgend etwas nicht gut getan hat. Dann nehmen sie Gras zu sich, oft sogar diese stark kieseläurehaltigen, harten Gräser, um dann nach einer Weile zu erbrechen, was ihnen nicht bekömmlich war. Sie sorgen dafür, dass es wieder herausgeschafft wird. Hier ist es der Instinkt, der ihnen die Heilanwendung eingibt.

Der Erhaltungstrieb der Wildtiere

In den Bergen beobachtet man immer wieder, wie Rotwild, Rehe, Hirsche, Gemsen,

im Winter Flechten, besonders Usnea, das Lärchenmoos, gerne fressen. Erstens hat es viele gut verdauliche Kohlehydrate, und zudem enthält es antibiotisch wirkende Stoffe sowie hochwertige Mineralien, die dem Rotwild helfen, die harte Winterzeit durchzuhalten.

Eventuelle Infektionskeime können so vernichtet werden. Immer wieder beobachtet man, dass das Wild gewisse Rindenarten frisst, was die Förster und Waldbesitzer natürlich nicht gerne sehen, weil es Schäden an Jungbäumen verursacht. Aber es ist auch möglich, dass die Gerbsäure und die neutralisierenden Wirkstoffe, die in der Rinde in der Regel enthalten sind, instinktiv zugleich als Heilmittel für die Tiere in Frage kommen. Ich habe in der Wildnis immer wieder beobachtet, wie Tiere Moose, Flechten, ja sogar Meerpfanzen gefressen haben und sich dabei die stark antibiotisch wirkenden Gehaltstoffe zugute kommen liessen.

Vom Verhalten der Tiere lernen

Wer sagt den Tieren, dass es gut ist für sie? Der Instinkt! Eine vom Schöpfer gegebene Fähigkeit, die zum Überleben notwendig ist. Das Fasten ist in erster Linie bestimmt nicht nur von uns Menschen erfunden worden, denn Tiere zeigen uns sehr demonstrativ, wenn etwas nicht in Ordnung ist oder, wenn sie etwas im Futter erwischt haben, was ihnen nicht gut getan hat.

Neben der Einnahme von Heil- oder zum Erbrechen reizenden Pflanzen fasten sie eben, um sich so zu kurieren. Sie können tagelang fasten, sie verweigern jede Nahrung, trinken höchstens frisches Quellwasser, bis der Körper über das Lymph- und Blutsystem wieder in Ordnung gebracht ist. Als guter Beobachter kann man von den Tieren manches lernen. Denn der Instinkt ist oft eine zuverlässiger Informationsquelle als unsere verstandesmässigen Überlegungen.

Direkt schwer erklärbare Allergien

Kürzlich berichtete uns einer unserer Mitarbeiter, dass seine Mutter von Zeit zu Zeit unter sehr unangenehmen Ekzemen an den Händen litt, zum Teil so, dass es direkt zu einer Schrundenbildung kam. Keine ärztliche Behandlung und auch die Anwendung von Naturmitteln zeigten den geringsten Erfolg. Die Frau kam auf die gute Idee, es könnte von irgendeinem Nahrungsmittel herrühren und liess nun in Abständen immer wieder eines der Nahrungsmittel, die sie regelmässig zu sich nahm, aus und beobachtete sich sorgfältig. Und siehe da: als sie den Honig wegliess, gingen die Ekzeme nach einigen Tagen völlig zurück und die Haut wurde wieder elastisch.

Geringe Spuren lösen Allergien aus

Dass man auf Honig, ein sonst so gesundes Nahrungsmittel, allergisch reagieren könnte, hätte man nicht erwarten können. Als diese Frau wieder einmal unter Ekzemen

litt, ohne dass sie eigentlich bewusst Honig gegessen hatte, überprüfte sie alle Nahrungsmittel genau und stellte fest, dass bei einem Produkt Honig als Komponente enthalten war.

Langsame Gewöhnung in kleinen Gaben

Was kann man in einem solchen Falle tun? Forscher haben einmal Versuche an Menschen unternommen, die auf gewisse Stoffe allergisch reagierten. Sie gaben denselben Stoff in hoher Potenz homöopathisch ein und zwar in einer derart hohen Verdünnung, dass die allergische Erscheinung nicht mehr auftrat. Nach einiger Zeit wurde die Verdünnung weniger stark eingesetzt und auf diese Weise weiter verfahren. Wenn der Ausschlag wieder auftrat, dann ging man wieder zu einer stärkeren Verdünnung über. So konnte sich der Körper mit der Zeit an den auslösenden Stoff gewöhnen. Die Substanz konnte nach und nach – vielleicht