

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 45 (1988)  
**Heft:** 10

**Artikel:** Johanniskraut : Hypericum perforatum  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-553338>

#### 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>**

an, wirken praktisch genommen in die Tiefe, und grosse Reize können stören, oft sogar zerstören! Diese Erkenntnis eröffnete mir die Möglichkeit, in feinstofflichen, das heisst in homöopathischen Verdünnungen Wirkungseffekte auszulösen, die mit den grobstofflichen Produkten nicht möglich waren. Die Erfahrung hat gezeigt, dass der Körper sich oft gegen grössere Reize wehrt und blockiert, obwohl auch die sogenannten Erstverschlimmerungen durch die Reaktionen eines Stoffes ausgelöst werden, die feinstofflich mit homöopathischen Verdünnungen bis zu den letzten Tiefen des Zentralnervensystems gelangen.

### **Wissenschaftlich nicht erklärbare Heileffekte**

Jahrelang hatten wir uns auf die vierte Potenz, also 10 000fach verdünnte Pflanzenstoffe, verlegt. Später sind wir zum Teil auf die sechste Potenz, millionenfach verdünnte Pflanzenstoffe, übergegangen und bei stark wirkenden oder sogar giftigen Stoffen, wie zum Beispiel bei Lachesis, dem Schlangengift oder bei anderen in der Natur vorkommenden Pflanzen, haben wir auf D<sub>12</sub> verfeinert. Wir sind von dem Grundgedanken ausgegangen, dass bei einer vielmillionenfachen Verdünnung eigentlich vom Zellmaterial nichts Nachweisbares mehr vorhanden ist, haben aber durch die Wirkungseffekte erkannt, dass eine vom Stofflichen ausgehende Energie eine fluide Kraft, wie man sie vielleicht nennen

könnte, immer noch wirksam sein kann. So sind wir mit der Zeit auf D<sub>30</sub>, D<sub>100</sub> und höhere Potenzen hinaufgeklettert. Interessant war die Beobachtung, dass man gerade mit solchen Hochpotenzen, wenn das Mittel richtig gewählt war, ganz eigenartige Wirkungen und Heileffekte auslösen konnte, die wissenschaftlich nicht erklärbar, aber in der Praxis klar nachgewiesen werden konnten.

### **Homöopathie als wirkliche Heilkunst**

Heute kann man mit elektromagnetischen Apparaten, wie man sie bei der Elektroakupunktur gebraucht, den Unterschied zwischen einem Placebo, das heisst einem leeren Mittel, das zum Beispiel nur gewöhnliches Wasser enthält, und einem homöopathischen Mittel, sogar in einer Hochpotenz, nachweisen. Es gehört aufgrund jahrelanger Erfahrung und Beobachtung zur Kunst des Therapeuten, bei der heute oft sehr grossen Sensibilität des Patienten nicht nur das richtige Mittel herauszufinden, sondern auch die notwendige Potenz und Dosierung. Darum ist die Aufgabe eines biologisch eingestellten Arztes nicht nur eine gewerbliche Angelegenheit, sondern eine mit viel Erfahrung und Beobachtungsgabe und Talent ausgeübte Heilkunst. Oft müssen dabei alle erwähnten Therapien: Die Ernährungstherapie, die Phytotherapie und die Homöopathie in Betracht gezogen werden, wenn schwierige Situationen gelöst und eine wirkliche Heilung zustande kommen soll.

### **Johanniskraut – Hypericum perforatum**

Schon vor mehr als fünfzig Jahren habe ich mich mit sehr viel Begeisterung für Johanniskraut, Johanniskrautöl sowie für die Hypericum-Tinktur eingesetzt. Ich war immer sehr angetan von all dem, was uns dieses interessante Pflänzchen für die Gesundheit zu bieten vermag. Seine leuchtend goldgelben Blüten machen es zu einer der schönsten Pflanzen unserer heimischen Flora. Viele Jahre bin ich mit meiner Frau in das Alpsteingebiet gegangen, um Jo-

hanniskrautblüten zu ernten. Unsere rotgefärbten Finger zeigten, wie intensiv der Farbstoff war und sogar in unsere Haut eindringen konnte.

### **Der wirkungsvolle rote Farbstoff**

Und gerade dieser rote Farbstoff birgt wichtige Heilfaktoren in sich. Auch Dr. Weiss schreibt über diesen Farbstoff, der etwas ganz Eigenartiges darstellt. Es ist eine fotosensibilisierende Substanz. Wenn

man sich nach der Einnahme von Johannisöl oder Johanniskraut-Tinktur stark der Sonne aussetzt, dann merkt man eine heftige Anregung der Hautfunktion und der Durchblutung in den feinen, äusseren Kapillaren. Wenn man die Sonne zu lange wirken lässt, dann kann es zu leichten Hautreizungen kommen. So stark ist die Anregung in bezug auf eine Vermehrung der Aktivität der Hautfunktion. Wenn aber  $3 \times 20$  Tropfen nicht massiv überschritten werden, braucht man sich auch nicht besonders vor der Sonnenbestrahlung zu schützen.

### **Ein unschädliches Antidepressivum**

Diese fotodynamische Substanz ist ein wichtiger Wirkstoff bei der innerlichen Verabreichung des Johanniskrautes. Dies schreibt auch Dr. Weiss in seinem Lehrbuch: «Das Johanniskraut ist eine sehr alte Heilpflanze. Früher gebrauchte man vorzugsweise das Johanniskrautöl äusserlich bei Wunden und Verbrennungen und dergleichen. Der innerliche Gebrauch kam fast völlig in Vergessenheit. Erst in neuerer Zeit ist das Johanniskraut in dieser Beziehung gleichsam wiederentdeckt worden, und dabei stellte sich eine ganz besondere Wirksamkeit heraus. Es ergab sich nämlich, dass es sich nicht einfach um einen sedativen Einfluss handelt, sondern dass es eine ausgesprochene Wirkung auf depressive Zustände hat, welcher das Johanniskraut auszeichnet. Nur muss man auch hier bedenken, dass es sich um chronische Krankheitszustände handelt, die stets eine sehr lang dauernde Behandlung erfordern.

### **Wirkungseffekt durch langzeitige Einnahme**

Man muss es sehr lange nehmen, nicht nur Wochen, sondern wahrscheinlich mindestens zwei bis drei Monate hintereinander. Schädliche Wirkungen sind dabei nicht zu befürchten. Nur muss der Rat, sich vor

intensiver Sonnenbestrahlung zu schützen, nicht vergessen werden.»

Dies schrieb Dr. Weiss in seinem hervorragenden Lehrbuch über Phytotherapie. Wie oft haben wir in der heutigen so hektischen Zeit unter depressiven Zuständen zu leiden, wenn der Druck von aussen zu gross wird. Und da ist nun Johanniskraut als Tinktur wirklich eine grosse Hilfe. Wir sind sehr dankbar, dass gerade Dr. Weiss, der übrigens, obwohl er schon über neunzig Jahre alt ist, noch eine Professur an der Universität Tübingen übernommen hat, uns mit seinem grossen Erfahrungsgut noch behilflich sein kann, denn er ist ein grosser Kenner der Phytotherapie, das heisst der Pflanzenheilkunde.

### **Die tägliche Dosierung**

Von Hypericum sollte man allerdings mindestens dreimal täglich zwanzig Tropfen einnehmen. Es ist sehr nett, dass auch Dr. Weiss das Johanniskraut als ein wirksames Phyto-Antidepressivum bezeichnet. Johanniskraut kann uns also viel bessere Dienste leisten als die chemischen Beruhigungsmittel und synthetischen Tranquillizers, die in der Regel nicht ohne Nebenwirkungen sind, während Johannisöl und -tinktur in keiner Form irgendwelche Nebenwirkungen zeitigen.

### **Wertvolle Hilfe bei inneren Entzündungen**

Es ist interessant, dass eine gute Wirkung auf das Zentralnervensystem festgestellt wurde. Das geht aus neuen Untersuchungen in der Neurochirurgischen Universitätsklinik Hamburg-Saar hervor. Sogar bei Entzündungen im Dickdarm werden kleine Bleibeklistiere mit angewärmtem Johanniskrautöl verabfolgt und sollen über Nacht gehalten werden. Sie sind auch bei Entzündungen innerer Hämorrhoiden geeignet. Wir haben also im Johanniskraut ein ganz hervorragendes Heilmittel zur Verfügung, wobei wir den Tee aus den frischen Blüten, die Tinktur oder das Johanniskrautöl verwenden können.