

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 46 (1989)  
**Heft:** 8

**Artikel:** Pflanzen und Naturheilmittel  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-969741>

#### **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:** 07.02.2026

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

mut, Freude und dankbare Aufmerksamkeit in der Begegnung mit dem Geber aller Gaben.

Ist es nicht ein zutiefst beglückendes Gefühl, wenn wir unsere tägliche Zahn-, Mund- und Hautpflege mit hochwertigen, wohlriechenden Kräuterpräparaten vornehmen

können, die aus reinen Frischpflanzenextrakten hergestellt sind, aus biologischem Anbau stammen und erst noch nicht das Geringste mit Gewaltanwendung gegenüber der stummen Kreatur zu tun haben, sondern vielmehr auf dem Verständnis und dem Mitgefühl für unsere Natur beruhen!

W.G.

## Pflanzen und Naturheilmittel

In letzter Zeit werden sowohl im Fernsehen, im Radio wie in Zeitschriften die Heilkräfte der Pflanzen und die Pflanzenheilmittel immer wieder in Frage gestellt.

Bei uns gingen inzwischen viele Anfragen von verunsicherten Patienten ein – vor allem von älteren Leuten – die die Mittel seit Jahren und Jahrzehnten mit Erfolg einsetzen und gute Erfahrungen gesammelt haben.

Bei all den angeführten Argumenten gegen die Pflanzen und die Pflanzenheilkunde dürfen wir niemals vergessen, dass die Pflanzen als Heilfaktoren gedient haben, lange bevor die Chemie in Erscheinung trat.

### Was gilt als Beweis bei der Heilung von Krankheiten?

Wenn heute von den Vertretern der Chemie die Behauptung aufgestellt wird, die in vielen Kräuterbüchern begründeten Heilfaktoren der Pflanzen seien nicht nach wissenschaftlichen Kriterien bewiesen, so muss einmal klargestellt werden, was überhaupt als Beweis bei der Heilung von Krankheiten gelten kann.

Wenn irgend eine Person von einer Krankheit befallen wird – seien es Ekzeme, Geschwüre, ja vielleicht sogar eine Krebs-erkrankung, fieberhaft verlaufende Entzündungen, Störungen der Darm- oder Nierentätigkeit oder sonstige, mit Schmerzen verbundene Veränderungen der Körperfunktionen – so hat man seit altersher mit dem Erfahrungsgut unserer Grosseltern und Eltern, oder nach den Anweisungen in Kräuterbüchern mit Wickeln, Packungen, kalten und warmen Anwendungen – mit

den uns zur Verfügung stehenden Heilkräutern – Hilfe gesucht und meistens auch gefunden. All dies wurde als Pflanzenheilkunde bezeichnet.

Wie bei scheinbar unheilbaren Krebsleiden Heilungen erwirkt wurden mit speziellen Therapien – mit Kräutern, milchsauren Gemüsesäften, eiweissfreier Diät und Naturheilmitteln – das können Sie im Detail im Buch «Krebs – Schicksal oder Zivilisationskrankheit?» nachlesen. Diese Erfolge wurden von Ärzten anschliessend mit grossem Staunen zur Kenntnis genommen.

### Die Heilkräfte der Pflanzen werden vielerorts gewürdigt

Die Siuox-Indianer, vor allem der Häuptling Black Eagle, wären bestimmt nicht glücklich, wenn sie erfahren würden oder müssten, dass man in Europa die Heilkräfte der Pflanzen generell in Abrede zu stellen versucht. Alles, was sie mir verraten haben, vor allem über die Echinacea – sie wird von ihnen gegen Schlangenisse, Blutvergiftungen und so weiter eingesetzt und hat sich seit Jahrhunderten bewährt – dürfte doch als Bestätigung der pflanzlichen Heilwirkung gelten!

Namhafte Vertreter der Pflanzen- und Naturheilkunde – wie Sebastian Kneipp, Priessnitz, Waerland und nicht zuletzt auch unser Dr. Bircher – haben sich mit ihren persönlichen Erfahrungen und Ratsschlägen für diese Art der Heilungsmöglichkeiten eingesetzt.

Bestimmt kann man mit chemischen Mitteln schneller eine Migräne oder sonstige Beschwerden beseitigen. Vertreter der Pflanzenheilkunde behaupten aber

aufgrund reichhaltiger Erfahrung: Die Chemie kann wohl helfen, aber nur die Natur allein kann heilen! Die Pflanzenheilkunde ist ein wichtiger Teil der Natur!

Wie manche Grossmutter hat bei ihren Kindern und später den Enkelkindern mit Sanikel oder Käslikraut (Malvenblätter) oder mit einem Eichenrinden-Absud langwierige Hautleiden mildern oder beseitigen können.

### Erfahrungsgut

Es würde eine grosse Lücke geben im Erfahrungsgut bei der Behandlung der immer wieder auftretenden, körperlichen Störungen, wenn wir nicht auf die Pflanzenheilmittel zurückgreifen könnten!

Die Pflanzenheilkunde dient den Menschen seit Jahrhunderten, ja Jahrtausenden, also schon lange bevor sich die Chemie mit ihren Heilmitteln – die oft nur symptomatisch zu wirken vermögen – zu Worte gemeldet hat. Zudem ist es eigenartig, dass die Chemie immer wieder versucht – nach ihren eigenen Angaben – pflanzliche Wirkstoffe che-

misch, das heisst synthetisch nachzumachen. Obschon diese niemals den pflanzlichen Wirkstoffen ebenbürtig entsprechen können – oft deshalb, weil ein einzelner Wirkstoff aus einem Komplex isoliert wurde – werden sie durchwegs empfohlen und eingesetzt.

Wir dürfen auch keinesfalls vergessen, dass alle Vitamine und viele Mineralbestandteile pflanzlichen Ursprungs sind – wie Eisen, Phosphor, Kalium, Kalzium und so weiter, sowie auch zahlreiche Spurenelemente, zum Beispiel Selen und Germanium. Dann gibt es sicher auch solche, deren Bedeutung man bis heute noch gar nicht herausgefunden und erforscht hat.

Die Pflanzen sind ein Geschenk des Schöpfers; die gesamte Wissenschaft hat dieses weite Gebiet noch nicht voll erforscht. Es wäre ganz bestimmt grundfalsch, wenn wir ihre Werte missachten würden!

Der vorliegende Text ist als Fortsetzung des Artikels «Wer trinkt ein Leben lang täglich 24 Liter Huflattichtee?» gedacht. Erschienen in der Nummer 5, Mai 1989, Seite 66, falls Sie nochmals nachlesen möchten.

## Du bist, was Du isst!

Die Bestrebungen um eine bessere Gesundheit des Menschen spitzen sich in jüngster Zeit in zwei ausgesprochen widersprüchlichen Tendenzen zu. Da steht auf der einen Seite das in allen Bevölkerungsschichten offenbar zunehmende Bewusstsein, dass der Vorbeugemedizin – und dabei in erster Linie der Ernährungsweise – eine immer grössere Bedeutung zukommt. Auf der anderen Seite behauptet auch die herkömmliche westliche Wissenschaft mit ihrer ins Unermessliche ausufernden, immer teurer werdenden Chemie- und Apparatemedizin und einer fragwürdigen Manipuliererei an menschlichem Erbgut, nur das Beste für den Menschen im Sinn zu haben.

Zu dieser Situation trägt mit Bestimmtheit eine verhängnisvolle Eigenschaft des Menschen bei. Er ist in der Regel erst bereit,

etwas für seine Gesundheit zu tun, wenn er unter einer Krankheit leidet. Dann ist es jedoch oft schon sehr schwierig, eine erfolgreiche Umkehr hin zu Vernunft und Gesundheit zu finden. Der Patient glaubt, sich in die Abhängigkeit der Ärzte begeben zu müssen, welche ihn mit ihren hochentwickelten künstlichen Methoden, chirurgischen oder sonstigen technischen Eingriffen wieder zu «reparieren» suchen, als ob es sich um eine Maschine und nicht um ein göttliches Geschöpf handelte. Das geht heute leider oft weit über die Grenze des ethisch noch verantwortbaren Masses hinaus!

### Jeder muss Verantwortung übernehmen

Eine Rückbesinnung auf die Verantwortung jedes einzelnen Menschen für seine Gesundheit tut not. Diese Forderung wird um so