

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 47 (1990)  
**Heft:** 5

**Artikel:** Um was handelt es sich beim "grünen Star" (Glaukom)?  
**Autor:** K.D.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-554474>

### **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:** 02.05.2026

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

festgestellt, dass die Grundursache des Herzinfarktes und der Arteriosklerose tatsächlich in dem Verzehr raffinierter Kohlenhydrate liegt – und dass die Umkehr nur mit der Vermeidung von Fabrikzucker und Auszugsmehlen Erfolg hat. Das bestätigte auch eine Untersuchung an einem deutschen Krankenhaus. Während längerer Zeit wurden bei allen aufgenommenen Patienten der Cholesterin- und Fettgehalt des Blutes vor und nach der Behandlung bestimmt. Unter einer Kost, die keine raffinierten Kohlenhydrate enthielt, war bei allen Kranken nach einigen Wochen der

Cholesterin- und Fettgehalt im Blut gesunken. Der Rückgang des Cholesterins erfolgte unabhängig davon, ob die übrige Nahrung mehr oder weniger tierische Fette enthielt. Wenn wir uns also langfristig auf eine konsequente, vitalstoffreiche Vollwertkost, das heisst mit Vollgetreide, viel rohem Gemüse und Obst und natürlichen Milchprodukten einstellen und auch eine regelmässige körperliche Bewegung nicht vernachlässigen, schaffen wir die besten Grundvoraussetzungen für ein Leben ohne Herz-, Gefäss- und Kreislauferkrankungen. BN

### Um was handelt es sich beim «grünen Star» (Glaukom)?

Öfters haben wir in den «Gesundheits-Nachrichten» schon über Heilerfolge beim grünen Star berichtet und in diesem Zusammenhang auch einiges über die Behandlung gesagt. Wie uns zahlreiche Patientenzuschriften beweisen, haben viele diese Ratschläge zu ihrem Nutzen angewandt. Da aber in diesen Briefen oft die Frage gestellt wurde, um was es sich eigentlich bei dieser Erkrankung handeln würde, soll hier einmal über das Wesen des grünen Stares einiges gesagt werden.

Neben dem grünen Star kennt man noch den grauen Star und doch haben die beiden Krankheiten nur den Namen gemein, unterscheiden sich aber wesentlich in ihrer Erkrankungsform.

Während der graue Star eine Trübung der Augenlinse ist, handelt es sich beim grünen Star um eine Druckerhöhung im Augennieren. Wie der Blutdruck eine ganz bestimmte Höhe haben muss und ein zu Hoch oder zu Tief Störungen hervorruft, so verhält es sich auch beim Druck im Augennieren. Bei einigen Krankheiten ist als Begleitumstand ein zu niedriger Augendruck, zum Beispiel spricht man bei der Zuckerkrankheit mit einem schlechten Wort von einem «Diabetischen Matschaug», um damit die Druckerniedrigung und die so verursachte Weichheit des Augapfels zu beschreiben. Bei extrem niedrigen Werten, wie es beispielsweise durch Verlust von

Glaskörperflüssigkeit bei Augenverletzungen auftreten kann, droht die Gefahr der Netzhautablösung. Da die Netzhaut von ihrer Unterlage ernährt wird, stirbt sie dort, wo sie längere Zeit von ihrer Unterlage entfernt ist, ab und dieser Teil des Auges erblindet. Anders ist es nun bei einer Druckerhöhung, wie beim grünen Star.

Das Auge ist ein sehr kompliziert gebautes Organ. Die Sehempfindung wird über die Netzhaut mittels stäbchen- und zapfenförmig gebauten Nervenzellen unter Zwischenschaltung weiterer Nervenzellen den Nervenfasern des Sehnervs, des Nervus opticus, übertragen und gelangt von hier unter teilweiser Kreuzung und zum Teil weiterer Zwischenschaltung von Ganglienzellgruppen (vordere Vierhügel und Thalamus opticus) schliesslich zur Sehrinde des Gehirns, die ganz im Hinterkopf gelagert ist. Wenn irgendwo auf diesem relativ langen Weg die Nervenbahn unterbrochen wird, ist die Sehempfindung damit aufgehoben.

#### Sehnerven

Der Austritt des Sehnervs aus dem Augennieren erfolgt am hintersten Umfang des Augapfels. Alle kleinen Sehnervenfäserchen sammeln sich hier, um das Auge durch eine relativ kleine Öffnung zu verlassen. Hier ist die schwächste Stelle des Augapfels. Überall ist der Augapfel mit einer festen Haut umgeben, die praktisch einem

Druck nicht nachgeben kann. Jede Druckerhöhung wird sich darum am Sehnervenausstritt auswirken. Da die feinen Sehnervenfasern hier fast rechtwinklig aus dem Auge austreten, ist nun durch die Druckerhöhung die Gefahr gegeben, dass sie regelrecht abgequetscht werden. Zuerst werden sie nur geschädigt, die Sehkraft wird nachlassen, aber es kann bei diesen Druckerhöhungen so weit führen, dass tatsächlich diese Sehnervenfasern an dieser Stelle völlig unterbrochen werden. Es ist nun wichtig zu wissen, dass die Sehnervenfasern, die durch die Druckerhöhung an dieser Stelle zerstört worden sind, nicht wieder zu regenerieren sind, dass diese also auch nach einer erfolgreichen Behandlung für die Sehempfindung ausfallen. Darum ist die frühzeitige Behandlung eines grünen Stares ein sehr wichtiges Gebot.

#### **Ursachen der Druckerhöhung**

Die Ursachen der Druckerhöhung liegen in einem mangelhaften Abfluss der im Auginneren gebildeten Augenflüssigkeit, dem sogenannten Augenwasser. Dieses fließt einmal über die Venen ab und zum anderen über einen Kanal, der rings um die Iris (Regenbogenhaut) herum in der Hornhaut liegt. Diese Abflussbehinderung kann durch entzündliche Veränderungen hervorgerufen werden, zum Beispiel durch Entzündung der Regenbogenhaut. Es bilden sich da kleine Flocken und diese verstopfen den Kanal und bedingen so die Druckerhöhung; auch Blutungen im Auginneren können zu einer Druckerhöhung führen, Geschwülste und vieles andere auch. In diesen Fällen spricht man von einem sekundären Glaukom, also von einem erst mittelbar bedingten grünen Star. Manchmal tritt aber ein solcher grüner Star auch ohne äusserlich erkennbare Ursachen auf und dann spricht man von einem primären Glaukom. Bei der Ursachenforschung dieses primären Glaukoms war es nun ein Schweizer Arzt, der feststellte, dass weitaus der grösste Teil dieser Patienten, die an einem solchen primären, grünen Star erkrankten, starke seelische Schwierigkeiten hatten. Die Zusammenhänge sind

hier sehr ähnlich wie bei dem sogenannten essentiellen Hochdruck. Das ist ein Bluthochdruck, der sich ebenfalls ohne recht erkennbare Ursache gebildet hat und jeder, der Patienten mit grünem Star behandelt, wird die Beobachtung machen, dass dieser sehr oft mit einem Bluthochdruck gekoppelt ist, weil eben beides sehr ähnliche Ursachen im seelischen Geschehen hat. Darum ist es auch nicht verwunderlich, dass der erste akute Anfall eines grünen Stares, der sich dadurch kenntlich macht, dass das Auge sehr stark schmerzt, dass die Sehkraft des Auges manchmal über Nacht stark vermindert wird, dass das Auge stark gerötet aussieht und ein abnorm heftiger Kopfschmerz entsteht, kurz, das Bild eben eines ganz akuten grünen Stares, dass sich das im Anschluss an starke geistige Überanstrengung oder abnorme seelische Erregungen ereignet. Aber man sollte bemüht sein, es nicht erst zu diesem akuten Bild des grünen Stares kommen zu lassen, denn hierbei gehen meist sehr viele Nervenfasern zugrunde und das Augenlicht ist dann nie wieder so herzustellen, wie es ursprünglich war. Ich habe einen Fall gesehen, wo ein akuter Anfall in einer einzigen Nacht eine völlige Erblindung zur Folge hatte. Darum sollte man die ersten Anzeichen eines grünen Stares beachten, ehe es zu solchen akuten Bildern kommt.

#### **Frühsymptome beachten**

Das bekannteste Frühsymptom, woran man einen grünen Star erkennt, ist die Abnahme der Sehkraft und zum anderen wird man bemerken, dass abends, wenn man in elektrisches Licht sieht, sich um dieses Licht herum Regenbogenfarben bilden und sich also praktisch um jedes Licht, auch wenn es ein farbloses Licht ist, die bunten Regenbogenfarben abzeichnen. Hier sollte man unbedingt den Augendruck kontrollieren lassen. Wenn man dann das Gesichtsfeld jedes Auges genau kontrollieren würde, würde man sehen, dass auf der Seite zur Nase zu das Gesichtsfeld eingeschränkt ist. Auch das ist ein Frühsymptom. Dann gibt es einen eigenartigen Druck in den Augenhöhlen, man merkt, dass mit dem

Auge etwas nicht in Ordnung ist. Hier ist es ratsam, beizeiten danach zu sehen und feststellen zu lassen, ob ein grüner Star vorhanden ist.

### **Behandlung**

Wenn dies der Fall ist, sollte man mit naturgemässen Mitteln behandeln. Man sollte bestrebt sein, den natürlichen Abfluss der Augenflüssigkeit über die Venen und den oben erwähnten Kanal zu erreichen. Hierzu haben sich die Venenmittel, besonders die Johanniskraut-Tinktur, ganz ausgezeichnet bewährt. Auch die Arteriosklerose-Kapseln und die Mistel-Tropfen sind von sehr guter Wirkung. Das ist nicht verwunderlich, wenn man an die Ursachen denkt, dass die Verhältnisse ähnlich liegen wie bei einem Bluthochdruck; und da Arteriosklerose-Kapseln und Mistel-Tropfen ja auch beim Bluthochdruck sehr gut wirksam sind, so ist die gefundene Tatsache der Wirkung beim grünen Star gut erklärbar. Ferner empfehlen wir dann noch Belladonna D4, was die Abflussbedingungen

ebenfalls gut beeinflusst. Aber in der Ganzheitsmedizin sollte man ja nicht nur mit Mitteln behandeln, sondern auch eine entsprechende Ernährung durchführen und äussere Anwendungen zur Unterstützung mit heranziehen. Die Ernährung soll weitgehend salzarm sein. Es sollte alles gemieden werden, was eine Blutdruckerhöhung nach sich zieht, also jeglicher Genuss von Bohnenkaffee und anderen Genussgiften ist streng zu meiden. Die Wurst- und Fleischwaren sind stark einzuschränken. Dagegen ist der Naturreis, der blutdrucksenkend wirkt, auch in diesem Falle zu bevorzugen. Ausreichend ist der rohe Rüebli-saft zu verwenden, der durch seinen Provitamin-A-Gehalt ebenfalls günstig auf die Augen wirkt, und wir haben hier auch Gutes beim grünen Star gesehen. Über Nacht macht man auf die Augen Auflagen mit Lehm, und diesen Lehm rührt man mit dem Augentrosttee an und gibt etwas Johannisöl bei. Auch die fein geraffelten, rohen Rüebli, auf die Augen aufgelegt, sind von guter Wirksamkeit. Dr. K. D.

## **Kennen Sie den Shii-Take?**

Die Pilzzucht am Lande kannte ich schon von früher. Doch als ich eines Tages wieder vorbeifuhr, da sah ich am Eingang ein Plakat: «Besser als Steinpilz – Shii-Take», und es schien mir fast eine Herausforderung gegenüber dem bekanntesten unserer heimischen Speisepilze.

Neugierig geworden, betrat ich die grosse, gewächshausähnliche Plantage. Zu meiner Überraschung lagen dort in langen Reihen, dicht über dem Boden auf Gestellen, dicke, rohe Buchenstämme, noch feucht vom Wasser, das man am Morgen über das Holz gesprengt hatte. Aus der Nähe entdeckte ich sie, die Shii-Take, wie sie aus dem Gehölz hervorsprossen, ganz kleine und auch solche, die schon zum Ernten geeignet waren. Mein Erstaunen war gross, denn ich dachte, zur Pilzzucht gehöre Pferdemit, auf dem Kulturpilze gedeihen, und hier wuchsen Pilze buchstäblich auf Bäumen.

Der Shii-Take ist bei uns nicht einmal so unbekannt, denn in guten Gemüse- und Obstgeschäften wird er bereits angeboten.

### **Die Heimat des Kulturpilzes**

Wie schon der Name des Pilzes vermuten lässt, stammt er aus dem Fernen Osten und wird seit 2000 Jahren in Japan und China auf einfache Weise kultiviert. Dafür werden unbearbeitete Stämme von Laubhölzern mit der Pilzbrut beimpft und feucht gehalten. Die erste Ernte ist bereits nach acht Tagen zu erwarten, wobei sich die Kulturdauer auf über sechs Monate erstreckt. Wenn sein brauner Hut leicht nach unten geneigt ist, dann erst ist der Pilz erntereif. Besonders zur Zeit der Mingdynastie in China im 14. bis 17. Jahrhundert genoss der Shii-Take ein hohes Ansehen als Lebenselixier. Diese Eigenschaft ist dem Shii-Take bis heute noch nicht abgesprochen worden,