Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 50 (1993)
Heft: 6: Krebs und die Immunkräfte

Artikel: Wenn das Herz sich unangenehm zu melden beginnt
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-557832

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: 15.12.2025

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

Wenn das Herz sich unangenehm zu melden beginnt

Die sogenannten degenerativen Herzerkrankungen nehmen heute in der westlichen Welt in besorgniserregendem Masse zu. Sie treten heute viel früher und bedrohlicher auf als noch vor einigen Jahrzehnten. Immer deutlicher kommt damit zum Ausdruck, wie weit der Mensch abgerückt ist von seiner ursprünglichen, an den Vorgängen der Natur orientierten Lebensweise. Wie neuere wissenschaftliche Untersuchungen bestätigen, ist die Mehrheit der Gefässerkrankungen ernährungsbedingt. Sie lässt sich demnach auch durch die Abstellung der wichtigsten Ernährungsfehler verhüten. Eine unschätzbare praktische Bedeutung in der langfristig orientierten Behandlung von krankhaften Veränderungen am Gefässystem haben ausserdem die Heilpflanzen, unter denen der Weissdorn wohl an die erste Stelle zu setzen ist.

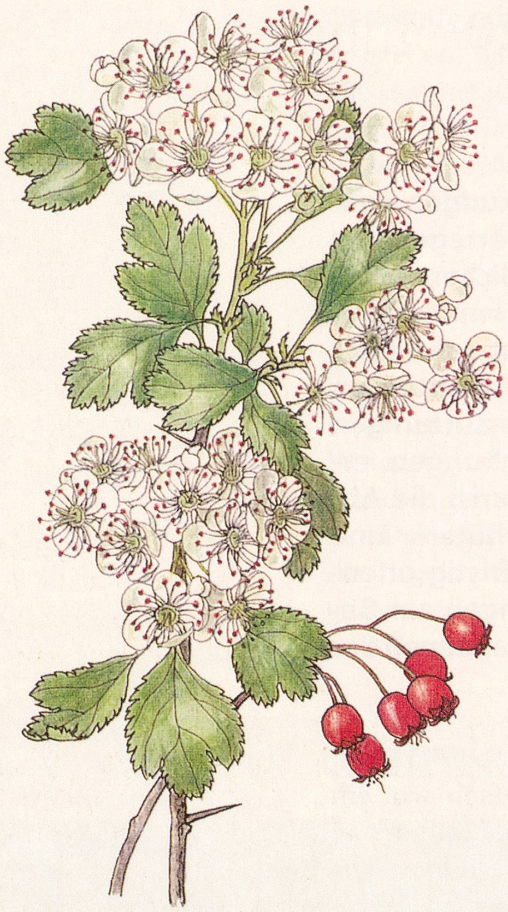
Wo er in Hecken, an Waldrändern, an Bach- und Flussufern steht, leuchten seine Blütensterne im Frühjahr vielhundertfach wie ein weisses Hochzeitskleid in die Landschaft. Und wenn der Sommer zu Ende geht, sind es die scharlachroten Früchte, die wie Rubine aus dem Blattwerk funkeln. Der Weissdorn, lateinisch: Crataegus oxyacantha, gehört zur Familie der Rosengewächse. Er bildet meist üppige Hecken von bis zu acht Metern Höhe. Er entfaltet ein derart reiches Laubwerk mit gelappten, herzförmigen Blättern, dass die Äste und dornigen Zweige kaum sichtbar sind. Blüten und Blätter können gesammelt und, frisch oder getrocknet, als Tee zubereitet werden. Die roten Früchte sind viel kleiner und rundlicher als die Hagebutten und stehen büschelweise an langen Stielen. Sie

Machen Sie sich Ihren eigenen Herz-Kreislauf-Tee

Teemischungen dienen dazu, die Wirkungen verschiedener Heilpflanzen zu kombinieren, zu verstärken, zu verlangsamen oder gewisse unliebsame Nebenerscheinungen zu verhindern. Der Tee soll warm und ungesüsst (oder höchstens mit Honig oder etwas Fruchtsaft)schluckweise eingenommen werden. Und das ist Ihr Herz-Kreislauf-Tee:

Lavendelblüten	5 g
Schlüsselblumen	15 g
Pfefferminze	5 g
Rosmarinblätter	5 g
Olivenblätter	20 g
Weissdornblüten und -blätter	20 g
Zinnkrautblätter	10 g
Mistelblätter	20 g

Drei bis vier Tassen täglich während mehreren Wochen trinken und eventuell unterstützen mit dem Weissdornpräparat oder -tonikum.



In Hecken und an Waldrändern nicht zu übersehen: Der Weissdorn.

schmecken herbsäuerlich und werden zur Herstellung der Weissdorn-Pflanzenheilmittel verwendet.

Eine der meistuntersuchten Heilpflanzen

Heute gilt der Weissdorn als eine der wissenschaftlich am meisten untersuchten Heilpflanzen. So konnte beispielsweise nachgewiesen werden, dass der Extrakt des Weissdorns das anfallsweise Herzjagen, das so vielen Menschen einen Schrecken einjagt, aber auch die Rhythmusstörung des Altersherzens zum Verschwinden bringen kann. Denn der Weissdorn enthält Inhaltsstoffe, die auf eine Mehrdurchblutung der Herzkranzgefässe hinwirken. Allerdings ist von dieser milden Heilpflanze nicht eine schnelle, unmittelbar nach der Einnahme eintretende Steigerung der Herzkraft zu erwarten, sondern – bei entsprechend ausdauernder Verabreichung, die auch langfristig völlig unbedenklich ist – ein lang anhaltender, günstiger Einfluss auf altersbedingte oder durch falsche Ernährungs- und Lebensweise verursachte frühe Veränderungen im Herzmuskel.

Eine willkommene, unterstützende Ergänzung zum Weissdorn kennt die Pflanzenheilkunde in der Zitronenmelisse. Man kannte sie schon im Altertum, bei arabischen Ärzten und in den frühen Klostergärten. Stets schätzte man seine herzstärkende Wirkung. Heute weiss man, dass vor allem die ätherischen Öle der Melisse dafür verantwortlich sind. Melissenpräparate dienen dem Naturfreund seit Generationen auch als schweisstreibendes Mittel, bei Migräne, Hysterie und Melancholie.

Cardiaforce ist in D nicht mehr erhältlich. Das entsprechende Herz-Stärkungsmittel sind die Weissdorn-Tropfen.

So hat sich denn aus diesen beiden traditionsreichen Heilpflanzen ein Herztonikum (Cardiaforce) entwickelt, das allgemein wohltuend wirkt bei nervösen Herzstörungen wie Herzklopfen, Herzjagen und dem gefürchteten Beklemmungsgefühl, das einen zuweilen beschleichen kann, ohne dass man weiss, woher es kommt und wie lange es dauert. Allerdings muss auch der an natürlichen Heilmitteln Interessierte wissen, dass bei stark unregelmässigem Puls, überstarkem Herzklopfen oder stechenden Schmerzen in der Herzgegend die Konsultation eines Arztes angezeigt ist. Und da dieses Herztonikum Alkohol enthält, sollte es bei Schwangerschaft und Stillzeit nicht eingenommen werden.

Wer spürt, dass sein Herz nicht mehr sehr gut arbeitet, der trage als Begleiter stets etwas getrocknete Weinbeeren oder Rosinen mit sich und kaue davon langsam während der Arbeit. Auch das Kauen von rohen Rosmarinspitzen morgens nüchtern ist gut für das Herz.