

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 51 (1994)  
**Heft:** 10: Heilkräuter aus dem eigenen Garten  
  
**Rubrik:** Die praktische Seite

#### **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:** 20.02.2026

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

## Weißdorn

Alfred Vogel kannte die Weißdornbeeren schon als Knabe – Mehlbeeren hat er die roten Früchte damals genannt. Später verarbeitete der Naturheilkundepionier die im Oktober reifen Früchte von den stacheligen Büschchen zu einem wirksamen Heilmittel unter dem Namen Crataegus-Komplex. Im Handel ist heute ein gleichwertiges Präparat unter dem Namen Crataegisan (in D: Weißdorn-Tropfen von A. Vogel) erhältlich. Das Frischpflanzenprodukt wird angewendet bei nervösen Herzbeschwerden und stärkt die Herzaktivität. Vermutlich bekam die Pflanze daher die Bezeichnung «Baldrian des Herzens».

Falls in Ihrem Garten oder in Ihrer Umgebung Weißdornsträucher wachsen, können



Sie aus den Beeren Ihre Arznei leicht selber herstellen. So erhalten Sie zum Beispiel ein mildes Herztonikum entweder aus dem Presssaft der reifen Weißdornfrüchte oder durch die Zubereitung eines Absuds: 30g Beeren 15 Minuten in siedendem Wasser kochen.

In China nennt man die Weißdornbeeren «Shan zha». Sie werden dort vor allem bei Schwellungen im Unterleib, Menstruationsbeschwerden, Verdauungsschwäche und Blähungen verwendet. Die Chinesen glauben, daß die Weißdornbeeren das Blut «bewegen» und Trägheit, vor allem nach der Geburt, überwinden. Teilweise verkohlte Beeren sollen bei Durchfall helfen.

## Gut zu wissen:

### Weiterbildung:

**1.10. Berlin:** «Fernlehrgang Naturkost». Der 19monatige Fernlehrgang informiert über Naturkost, Geschäftsführung mit Naturwaren und Biokosmetika.

*Infos: Forum Berufsbildung, Hedemannstr. 12, D-10969 Berlin, Tel. 030/2511035/6 (Frau Schwarz)*

**8./9.10. St.Gallen:** «Wildwachsende Nahrung»; *Anmeldung: Wildnisschule, Webergasse 21, 9000 St.Gallen, Tel. 071/23 33 02*

**27.10. Zürich:** «Väter unser» mit Julia Onken (Vater-Tochter-Beziehung und das Selbstbewußtsein der Frau in der Partnerschaft)

*Anmeldung: Eidgenössische Gesundheitskasse, Brislachstraße 2, 4242 Laufen, Tel. 061/761 59 55*

**28./29.10. Heiden:** Vollwertküche, Grundkurs Getreide mit Karin Hüppi, SFr. 145.-

*Anmeldung: Delinat Naturladen, Haus zur Glocke, 9410 Heiden, Tel. 071/91 55 66*

### Kurse/Seminare:

**16.–23.10. Brienz:** Gesundheitswoche im Seehotel Bären – Gesund werden, gesund bleiben und unseren Weg finden, ab SFr. 630.-

*Anmeldung: Schweiz. Verband für Natürliches Heilen SVNH, Postfach, 3004 Bern, Tel. 031/302 44 40*

**21.–23.10. München:** Musiktherapeutische Selbsterfahrung

**22.–23.10. München:** Ganzheitliche Stimmbildung; *Anmeldung: Freies Musikzentrum e.V. München, Ismaringer Straße 29, D-81675 München, Tel. 089/470 63 14*

### Ausstellung:

**24.–27.11. Dortmund:** naturvita. 7. Ausstellung für Natur, Gesundheit, Umwelt in der Westfalenhalle, Messezentrum Dortmund.

**Die Wirklichkeit  
und ihr Spiegelbild**

Milford Sound, Neuseeland

