

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 52 (1995)
Heft: 5: Soweit die Füße tragen : gepflegte Füße, gesunde Beine

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

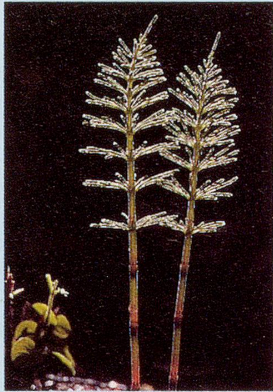
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 03.05.2026

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

Ackerschachtelhalm

Der Schachtelhalm ist das Unkraut mit den unzähligen Namen. Hier nur eine bescheidene Auswahl: Zinnkraut, Bandwisch, Fege- oder Kannenkraut, Katzenagel, Kuh-tod, Pferdeschwanz, Schafstroh oder Zopfling. Der Schachtelhalm hat in 30 bis 50 Zentimetern Tiefe einen schwarzen, schnurartigen Wurzelstock, aus dem Wurzeln und Seitenzweige entspringen, an denen sich rundliche Knollen bilden.



Sie sind die Vorratskammern der Frühjahrs-triebe, die nach der Schneeschmelze aus dem Boden treiben. Die blaß-bräunlichen Frühjahrs-triebe tragen am oberen Ende einen zapfenartigen Fruchtstand mit Sporen. Vor Sommerbeginn erscheint der tannenwedelartige Sommertrieb mit seinen fadenförmigen Blät-

tern. Als Heilpflanze ist nur der grüne Trieb verwendbar. Schon sehr lange weiß man in der Naturheilkunde die harntreibenden, blutstillenden, blutbildenden, stoffwechsel-



fördernden und bindegewebsfestigenden Eigenschaften des Zinnkrauts zu schätzen. Die besten Erfahrungen mit Schachtelhalm-pulver verzeichnet man bei Bindegewebschwäche wegen mangelnder Kieselsäure, denn

das Unkraut ist reich an Silicium. Auch für die Gesundheit des Horngewebes in Nägeln und Haaren, den Zahnschmelz, die Elastizität der Blutgefäße (Krampfadern) und gegen die Alterungsprozesse der Haut tun täglich drei Teelöffel Schachtelhalm-pulver, in wenig Wasser genommen, hervorragende Dienste.

Gut zu wissen:

Kurse, Seminare:

29.5.–2.6. Ausserberg VS: Bach-Blüten-essenzen selber herstellen.

Info: Küttel-Kurse, Tel./Fax CH 041/61 02 32

2.6. Thusis: Wechseljahrsbeschwerden, Vortrag von Dr. Dominique Kähler.

Info: Tel. CH 071/48 31 01

9.6. (auch 23.6.) Bern: Essen beginnt im Kopf. *Info: Team-Netz, CH-8008 Zürich, Tel. CH 01/262 55 22*

15./16.6. Gwatt-Zentrum am Thunersee: Einführung in die Farbentherapie.

Info: Küttel-Kurse, Tel./Fax CH 041/61 02 32

10./11.7. Genf: Chinesische Bioenergetik/Selbstmassage. *Info: Centre naturopathique, Tel. CH 022/342 07 07*

20.7. Zürich: Psychiatrie: beschreiblich weiblich.

Programm und Info: Schweizerische Stiftung Pro mente sana, CH-8042 Zürich, Tel. CH 01/361 82 87, Fax 01/361 82 16

21.–25.7. Davos: Botanische Exkursion und Eröffnung von A. Vogels Heilpflanzengarten im Alpinum Schatzalp. *Info: Tel. CH 081/44 13 31*

Ferien:

30.6.–2.7. Donath: Frauenheilpflanzen.

Info: G. Lobner, CH-7432 Zillis, Tel. CH 081/61 10 29

30.6.–2.7. Engelberg: Heilpflanzen-Wochenende. *Info: P. Oppliger AG, CH-6004 Luzern, Tel. CH 041/51 68 44*

Symphonie in Blau

Fliegenschnäpper

