

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 52 (1995)
Heft: 8: Wie schütze ich mein Herz?

Artikel: Heilende Himmelsstürmer
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-558075>

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>

Heilende Himmelsstürmer

Kaum zu glauben, wie viele Pflanzen es gibt, die in einem Jahr üppig schlingend und rankend ganze Wände und Mauern mit ihrem Blatt- und Blütenwerk überziehen. Kletterpflanzen haben eine geheimnisvolle und faszinierende Wirkung auf uns Menschen. Wir interessieren uns für die Kletterpflanzen, welche sich als Balkon- und Terrassenschmuck oder aber als Zier- und Heilpflanze in unserem Hausgarten eignen.

Kletterpflanzen haben einen unbändigen Drang, ihre Umgebung in Besitz zu nehmen. Mit den Rankorganen, entstanden als Umbildung von Blättern oder Sprosssteinen, klettern sie an Spalieren, Gittern und Netzen empor. Sie ranken sich hoch - im Gegensatz zu den sich schlängelnden Pflanzen, die sich mit dem gesamten Stengel oder Trieb spiralförmig an Stangen senkrecht in die Höhe winden.

Als Balkon- und Terrassenschmuck beliebt sind die Kapuzinerkresse, die Duftwicke, die Schwarzäugige Susanne, die Trichterwinde und die Feuerbohne. Neben diesen einjährigen Kletterexoten, die die Wärme lieben und deshalb einen sonnigen bis halbschattigen Standort benötigen, gibt es weitere, weniger bekannte Kletterpflanzen, welche sich in unserem Garten, aber auch an Hauswänden wohlfühlen oder sich als Vervollständigung unserer Wildhecke eignen.

Die Waldrebe (Clematis vitalba) ist eine der wenigen Lianen, die in der mitteleuropäischen Flora vorkommen. Sie bildet lange Triebe, mit denen sie ganze Heckenpartien abdecken kann. Weniger wuchskräftig sind Kletterpflanzen wie Hopfen, Efeu, windendes Geissblatt, Zaunrübe und Schmerzwurz.

Im Hopfen (*Humulus lupulus*) haben wir eine wunderbare Pflanze, welche im Herbst dekorative Zapfen bildet und als Tee zubereitet eine beruhigende und schlaffördernde Wirkung hat. Für medizinische Zwecke oder zur Bierherstellung werden nur die weiblichen Hopfenzapfen verwendet. In manchen Gegenden werden die jungen Hopfenzapfen gekocht und wie Spargel zubereitet. Man kann sie auch als kräftige Suppenwürze gebrauchen.

Der Efeu (*Hedera helix*) entwickelt sich zu einem hochklimmenden Kletterstrauch, der sich mit seinen Haftwurzeln an Bäumen, Felsen und Mauern festklammert und sich bis zu zwanzig Meter hoch emporrankt. Dabei schmarotzt er nicht; er schadet seinem Stützbaum nur, wenn er eine grosse Krone ausbildet. Der Efeu kann ein sehr hohes Alter erreichen; es gibt vierhundertjährige, dickstämmige Exemplare. Seine jungen frischen Blätter wirken krampflösend und schmerzlindernd. Die Beeren sind giftig!

Das Waldgeißblatt (*Lonicera periclymenum*) gehört zur selben Familie wie der Holunder und der Schneeball.



Efeu umrankt einen Spitzahorn

Passionsblume



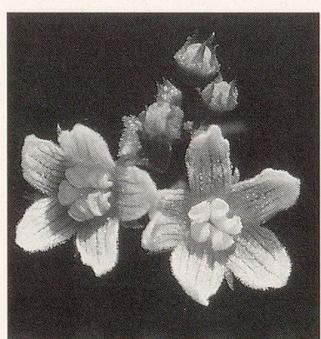
Die Stengel winden sich im Uhrzeigersinn um ihre Stützen und können etwa vierzig Jahre alt werden. Der Blütenduft lockt in der Abenddämmerung viele Nachtfalter an. Im Altertum wurde vor allem die Rinde zu Heilzwecken verwendet; in neuerer Zeit nutzt man Blätter und Blüten wegen ihrer antiseptischen und harntreibenden Eigenschaften.

Der Schmerzwurz (*Tamus communis*), eine weitere Lianenart, kommt hauptsächlich in den Tropen vor. Bei uns ist er in Süd- und Westeuropa beheimatet, man findet ihn auch vom Oberrheintal bis an den Bodensee. Diese Liane, die Bäume und Sträucher umwindet, besitzt schöne, herzförmige Blätter und kleine, unscheinbare Blüten. Die Wurzel ist sehr giftig. In der Homöopathie wird die aus dem frischen Wurzelstock gewonnene Essenz gegen Sonnenbrand und Leberflecken verwendet.

Auffällige Kletterer finden wir bei den Kürbisgewächsen. Eine besonders reizvolle Pflanze dieser Familie ist die Spritzgurke (*Echallium elaterium*). In den Früchten der Spritzgurke entsteht mit zunehmender Reife ein immer größer werdender Druck. Schließlich wird dieser so groß, daß sich die Frucht vom zapfenähnlichen Fruchtstiel löst und die Samen mit der umgebenden Flüssigkeit bis zehn Meter weggespritzt werden.

Im Gegensatz zu den meisten anderen Kürbisgewächsen finden wir bei der Zaunrübe (*Bryonia alba*) männliche und weibliche Blüten auf derselben Pflanze. Die aus der dicken rübenförmigen Wurzel hergestellten Präparate werden in der Homöopathie als Mittel gegen Bronchitis, Pneumonie, Magen-Darm-Katarrhe und Leberentzündung eingesetzt.

Dem interessierten Liebhaber, der gerne etwas versucht, möchten wir noch eine Kletterpflanze vorstellen, die im (sub-)tropischen Amerika zu Hause ist. Die Passionsblume (*Passiflora incarnata*), eine Lianenart, benötigt daher viel Wärme und muß deshalb ganz nahe am Haus an einer geschützten Stelle oder im Gewächshaus angepflanzt werden. Die Pflanze läßt sich sehr gut aus Samen ziehen. Es ist günstig, den Samen mit feinem Sandpapier zuerst leicht anzuschmiegeln, um die Wasserdurchlässigkeit zu erhöhen. Die Passionsblume verdankt ihren Namen ihren großen, blaßblauen Blüten, die entfernt an die Dornenkrone Christi erinnern. Sicher werden Sie Ihre Freude an dieser Schönheit haben. Die Früchte sind eiförmig und enthalten ein eßbares, leicht schleimiges Fruchtfleisch, das reich an Vitamin C und sehr erfrischend ist. In der Phytotherapie wird die Tinktur, welche aus den Blättern gewonnen wird, zur Nervenstärkung und als Mittel gegen Schlaflosigkeit angewandt. (Das Frischpflanzenpräparat Dormeasan Schlaf-Tropfen von A. Vogel enthält neben anderen beruhigend wirkenden Pflanzen auch Passionsblume, während die Beruhigungstropfen *Passiflora inc.* Ø zu hundert Prozent aus dem Kraut der frischen Passionsblume hergestellt sind.)



Wilder Hopfen (oben)
Zaunrübe (unten)