Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 54 (1997)

Heft: 9: Was Sie schon immer über Äpfel wissen wollten

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: 14.12.2025

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

Hibiskusblüten

Der sinnliche Farbenzauber der Hibiskusblüten – in südlichen Ländern trifft man ihn auf Schritt und Tritt. Als Zier- und, etwas seltener, als Nutz- und Heilpflanzen sind die verschiedenen Hibiskus-Arten und ihre Verwandten auch in unseren Landen keineswegs unbekannt. Wie die Malve gehören die meisten Hibisken botanisch zu den Malvengewächsen. Dies hat zu einer in der Pflanzenheilkunde nicht ganz ungewöhnlichen «Sprachverwirrung» geführt: Ein Malven-Tee kann nämlich sowohl ein Tee aus Malvenblättern und -blüten als auch aus Hibiskusblüten sein.

Hibiscus sabdariffa L. heisst die Stammpflanze, von deren Blüten die Rede ist. Sie stammt ursprünglich aus dem Sudan und ist vor allem in der afrikanischen Volksmedizin populär. Die auch Sabdariff-Eibisch oder Karkade genannte krautige Pflanze kann bis zu fünf Meter hoch werden. Nach dem Verblühen werden die gelben Blüten rot und fleischig. Als Inhaltsstoffe sind hauptsächlich Pflanzensäuren, darunter die sog. Hibiskussäure, zu nennen. Dank ihr besitzt der Hibiskus- oder, wie er auch heisst, Nubiablüten-Tee einen angenehm säuerlichen Geschmack. Während die moderne Phytotherapie diesem Tee keine heilende, wohl aber eine erfrischende Wirkung attestiert, steht er in Afrika als Heilmittel in hohen Ehren. Er soll u.a. den Blutdruck senken und als mildes Abführmittel wirken. Eine Probe aufs Exempel lohnt sich allemal. Man nimmt dazu einen halben Teelöffel fein zerschnittene Droge und übergiesst ihn mit 1 Tasse kochendem Wasser. Nach 5 bis 10 Minuten abseihen und trinken. • CU

Der GN-Wandertip

Kräuterweg im oberen Rhonetal

Sonnige Halden heissen die Halden nördlich von Visp (Kanton Wallis) an der Lötschberg-Südrampe: Sonnig sind sie in der Tat, und das bis weit in den Herbst hinein. Sie bieten deshalb für viele Kräuter, Sträucher und Bäume eine ideale Lebensgrundlage, und es ist kein Zufall, dass hier 1993 ein faszinierender und lehrreicher Kräuterweg ins Leben gerufen wurde. Der Weg, der von Ausserberg über Eggerberg (in drei Stunden, inkl. Verweilzeit bei den Pflanzen) und von Eggerberg nach Mund (in dreieinhalb Stunden) führt, bietet allerlei Wissenswertes in schönster Natur. Auf je 100 bis 200 Quadratmetern Fläche wachsen entlang des Wegs in drei Gärten rund 100 nach Krankheitsbildern eingeteilte Heilpflanzen. Weitere Informationen sind erhältlich beim *Verkehrsbüro, CH 3930 Visp, Tel. CH 027/946 61 61.*

Kartoffelmuseum

Alles über Sieglinde und ihre Schwestern (s. Seite 28), von der Knolle über das Gemälde bis zum «Kartoffel-Telefon», zeigt das ganze Jahr über das Kartoffelmuseum München.
Infos: Das Kartoffelmuseum, Grafinger Str. 2, D 81671 München, Tel. D. 089/40 40 50

A.Vogel-Gsundheits-Zmorge

Am Mittwoch, 3. September 1997, findet im Heil- und Mineralbad Unterrechstein in Heiden (Kanton Appenzell Ausserrhoden) von 08.00 bis 11.00 Uhr der traditionelle «A. Vogel-Gsundheits-Zmorge» statt.
Infos: Heilbad Unterrechstein, CH 9410 Heiden, Telefon CH 071/891 21 91

Chamäleon

Verwandlungskünstler in Grün