

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 57 (2000)
Heft: 4: Wenn essen zum Problem wird

Rubrik: Praktisches und Wissenswertes

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: 02.05.2026

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

Eleutherococcus

Russischer oder sibirischer Ginseng, Teufelsstrauch oder Taigawurzel heisst die Pflanze, die in China, Korea und Sibirien wächst und bei uns etwas im Schatten des wahren Ginsengs, der bekannteren, aber auch teureren Pflanze mit dem lateinischen Namen *Panax ginseng*, steht. Der Strauch *Eleutherococcus senticosus* Maxim, so die vollständige Bezeichnung, gehört zu den Efeugewächsen. Er wird zwei bis vier Meter hoch, besitzt fünffingrige, langgestielte Blätter sowie rundliche, schwarze Steinfrüchte und blüht im Spätsommer. Als Arzneidroge wird die getrocknete Wurzel verwendet. Sie enthält Polysaccharide, Lignane und Phenylpropane – sogenannte Adaptogene, welche die Auswirkungen von Stress hemmen und die körperliche wie geistige Leistungsfähigkeit erhöhen. Aufgrund von umfassenden pharmakologischen Untersuchungen wird Eleu-



therococcus insbesondere zur Verbesserung der allgemeinen geistigen und körperlichen Leistungsfähigkeit empfohlen:

- Zur Unterstützung der Rekonvaleszenz.
 - Bei Sportlern, um Erschöpfungserscheinungen zu verzögern.
 - Bei Schulschwierigkeiten bedingt durch Nervosität, Konzentrationschwäche und Leistungsabfall.
 - Zur Verbesserung der Hör- und Sehschärfe
 - Zur Anregung des Immunsystem (als Immunmodulator) zur Vorbeugung von Infektionskrankheiten, insbesondere Erkältungen.
- Die Taigawurzel-Tinktur *Eleutherococcus* von A. Vogel (In D: *Eleutheroforce-Kapseln*) ist ein Pflanzenpräparat zur Steigerung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit und Erhöhung der Stresstoleranz. Das Präparat schützt den Körper vor schädlicher Stresswirkung und regt zudem den Eiweissstoffwechsel an.

• CU

Mit Vorsicht geniessen: Tees und Mixturen der traditionellen chinesischen Medizin

Unter dem Titel «Nierenkiller aus Fernost» berichtete «Der Spiegel» in der Ausgabe vom 6./7.2.2000 (Nr. 6/2000) über gefährliche Nebenwirkungen nach der Einnahme von Medikamenten der traditionellen chinesischen Medizin. Geschildert wird z.B. der Fall zweier Frauen in England, die zur Behandlung von Hautausschlag chinesische Kräuterdrogen verwendet und dabei schwere Leberschäden davongetragen hatten. Neben Fällen wie diesen gebe es, so «Der Spiegel», eine hohe Dunkelziffer – von Übelkeit und Durchfall bis Erbrechen. Deshalb warne auch die Arzneimittelkommission der Deutschen Apotheker: Mit unerwünschten Wirkungen bei Heilpräparaten aus China müsse generell gerechnet werden.

Grund dafür sei, dass Identität, Reinheit, Wirkungsgehalt der aus China importierten Drogen nur selten geprüft würden. Anders als

bei vielen einheimischen pflanzlichen Heilmitteln sei ihre Wirkstoffmenge nicht standardisiert. Welche Substanz in welcher Dosierung in den Mitteln enthalten sei, sei meist unbekannt. Dazu komme: Oft enthielten die Pflanzen Rückstände, die von Schwermetallen bis zu Schimmelpilzen reichten. Und biologischer Anbau sei in China sowieso kein Thema.

Unbestritten bleibe, dass das im Westen weitgehend unbekanntes chinesisches Pflanzenarsenal eine Fülle von heilkräftigen Pflanzen enthält. Da es schwierig ist, die Spreu vom Weizen zu trennen, bleibt nur die Empfehlung: a) Entweder ganz auf Teemischungen, die man nicht kennt, zu verzichten, b) dem Arzt oder Heilpraktiker zu vertrauen und/oder c) bei den ersten Anzeichen von Nebenwirkungen im Zusammenhang mit Heilpräparaten aus Fernost umgehend den Arzt aufzusuchen.

• CU



Brütender Höckerschwan (Cygnus olor)