

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 62 (2005)
Heft: 9: Heilpflanzen bei PMS

Vorwort: Editorial
Autor: Rawer, Claudia

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: 23.02.2026

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

Liebe Leserinnen, liebe Leser

In dieser Ausgabe schlagen wir ein neues Thema für die beliebte Leserforum-Galerie vor. Der Gedanke, einmal «Unkraut» zu porträtieren, führte mich kurzzeitig in Versuchung, einen Sonderpreis auszuschreiben: für die- oder denjenigen, die es fertig brachten, ein stimmungsvolles, poetisches Bild vom Giersch zu machen. Aber von dieser Idee kam ich schnell wieder ab. Giersch kann man nicht lieben.

Giersch oder Geissfuss, *Aegopodium podagraria*, von den Römern als Suppenwürze verwendet und über die Alpen gebracht, ist gut gegen Gicht – und der hartnäckigste Widersacher jedes Gärtners. Mit seinen blitzschnell in alle Richtungen wandernden Wurzeln durchwühlt er die Beete. Überall taucht er auf, drängt sich zwischen die Erbsen und überwuchert die Rosen. *Aegopodium podagraria*, einmal etabliert, wächst, blüht und gedeiht besser als jedes Gemüse und jede Blume.

Unerreichbar und unausrottbar verankert sich das militante Gewächs, wie die Kolumnistin und Gärtnerin Susanne Wiborg ihn nennt, in den Wurzeln meiner Rosen und Lavendelbüsche. Einer seiner liebsten Lauerstellungen ist unter dem Zaun, wo seine Ausläufer kaum zu fassen sind: von dort aus erobert er das Terrain, tarnt sich für kurze Zeit hinter Nachbars Konifere und dem Stechpalmenbusch und bricht dann mit Macht über die Beete herein, wo ihm lockere Kompostschicht und mühsam zerkrümelter Boden erst so richtig gut tun.

Mulchen hilft gegen Unkraut. Wer aber taucht frisch und jung als einziger wieder auf, wenn die Mulchschicht verrottet ist? Erraten.

Jedes Jahr im Frühjahr kämpfe ich einen erbitterten Kampf, krieche schwitzend und schmutzig am Boden entlang, um die Wurzelausläufer zu verfolgen, buddele mit chirurgischer Präzision entlang dieser weissen Schlangen, entferne sorgfältig jedes Wurzelstückchen – und gebe mich jedes Jahr im Herbst wieder geschlagen. Der Giersch ist durchsetzungsfähiger, stärker und hat den längeren Atem.

Noch vergeblicher scheint mir der Vorschlag in Gartenzeitschriften, man solle doch den Giersch einfach aufessen. Schliesslich habe er Jahrhunderte lang als eines der ersten Frühlingsgemüse Vitamine geliefert. Entsetzlicher Gedanke! Selbst die Schnecken, die doch sonst alles klein kriegen, kriechen mit einem verächtlichen Lächeln an den zartesten jungen Gierschpflanzen vorbei. Ich kann es ihnen nicht verdenken.

So bleibt, nachdem der Giersch jedes Jahr um diese Zeit wieder grössere Teile des Gartens erobert hat, nur Frau Wiborgs philosophische Einsicht: «Er war lange vor mir da, und er wird mich überdauern.»



Herzlichst Ihre

Claudia Rawer