

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 82 (2025)  
**Heft:** 1-2

**Artikel:** Starke Knospen  
**Autor:** Lipinski, Katja von  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1082074>

#### 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:** 03.02.2026

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

# Starke Knospen

Worum geht es bei der Gemmotherapie? Wir klären auf und geben zwei Rezepttipps zum Herstellen von Sprays.

Text/Bilder: Katja von Lipinski

Steckt in bestimmten Teilen von Pflanzen eine besondere Wirkung? Dieser Frage widmet sich die sogenannte Gemmotherapie. Das ist eine spezielle Form der Phytotherapie, die davon ausgeht, dass in Knospen, Sprossen und Wurzelspitzen die gesamte Kraft einer Pflanze angelegt ist. Dabei leitet sich der Begriff von der lateinischen Bezeichnung für Knospe (*gemma*) ab.

## Pioniere der Gemmotherapie

Schon Hildegard von Bingen pries im 12. Jahrhundert die Knospen von acht Baum- und Straucharten in ihrem Werk «*Liber divinorum operum*» für Anwendungen. Die Äbtissin befasste sich mit der schwarzen Johannisbeere, der Edelkastanie, der Birke, der Heckenrose, der Pappel, der Esche, dem Holzapfelbaum und der Silberlinde.

Um 1950 interessierte sich der belgische Arzt und Homöopath Dr. Pol Henry (1918–1988) für den Einsatz von Knospen in der Medizin. Er stellte Auszüge aus Knospen, Wurzelspitzen und Sprossen her und verabreichte diese seinen Patienten. Henry zog die Wirkstoffe des embryonalen Gewebes mithilfe von Ethanol, Glycerin und Wasser aus, einer damals neuen Methode, um die in den Knospen enthaltenen Proteine zu sichern.

Dr. Henry vermutete, dass die verwendeten Pflanzenteile, die kurz vor dem Austrieb und der Zellteilung standen, reich an Wachstumsfaktoren und Proteinen waren und im menschlichen Körper fehlgesteuerte Informationen, die zu Krankheit geführt hatten, reparieren könnten. Der Arzt nannte seine neue Therapieform «*Phytoembryotherapie*» und

gilt als Begründer der Gemmotherapie. 1982 veröffentlichte er erste Forschungsergebnisse über Knospen als Arzneimittel in französischer Sprache. Er berichtete über Zusammenhänge zwischen der Einnahme von Knospenauszügen und der Protein Zusammensetzung im Blut seiner Patienten, welches er mithilfe von Elektrophorese untersucht hatte. Des Weiteren beschrieb er positive Auswirkungen auf verschiedene Organe. Henry begann seine Forschungen zunächst streng wissenschaftlich. Später runde er sein Wissen und die Verwendung spezieller Knospen durch Naturbeobachtungen ab.

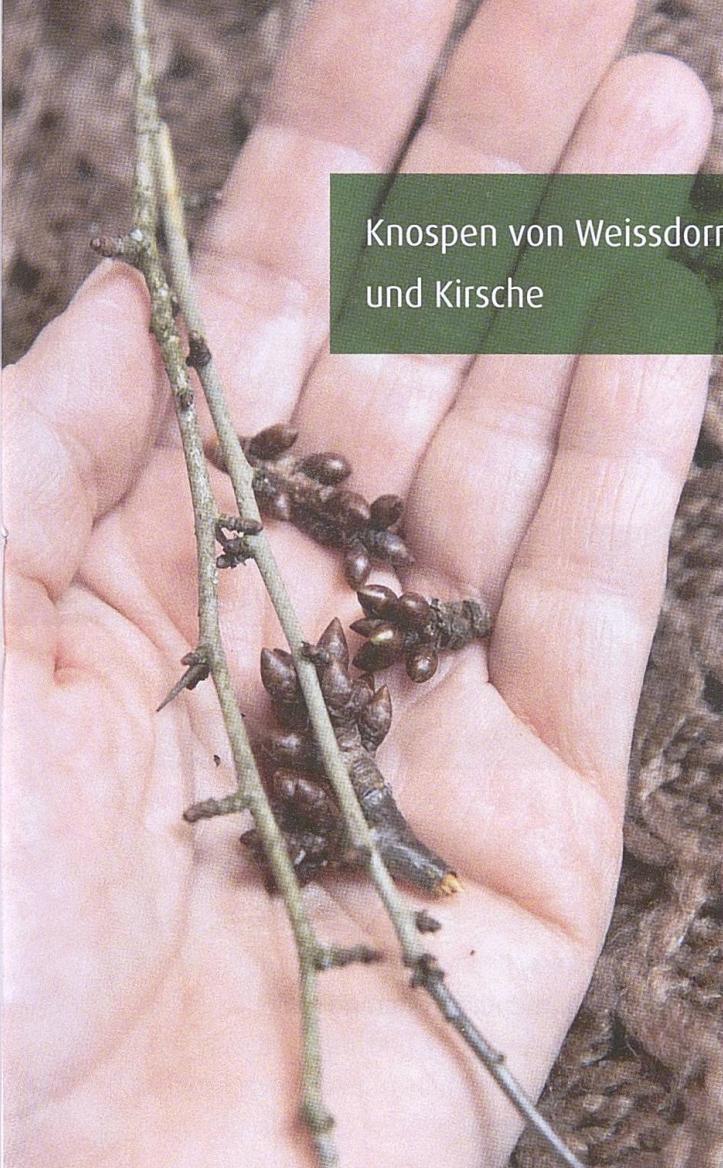
Dr. Max Tétau (1927–2012), Arzt, Homöopath, Professor und Freund von Henry, interessierte sich für das neue Verfahren und begann, die klinischen Aspekte der Knospen in Paris zu erforschen. Er formulierte den Begriff der Gemmotherapie und veröffentlichte seine Ergebnisse in «*Klinische Neugkeiten der Gemmotherapie*». 1956 wurde die Gemmotherapie in das französische Arzneibuch aufgenommen, 2011 in das Europäische Arzneibuch.

Als federführend in der Forschung und Veröffentlichung über Gemmomazerate gilt Fernando Piterà. Sein «*Kompendium der klinischen Gemmotherapie*» ist das bisher ausführlichste Werk über den Einsatz von Knospen als Arzneimittel in der klinischen Therapie.

## Komplette Anlage der Pflanze

Im Unterschied zu den ansonsten in der Phytotherapie verwendeten ausgebildeten Pflanzenteilen wie Blätter, Blüten, Rinde, Samen, Wurzeln oder Früchte birgt die Knospe die komplette Anlage der Pflanze.

## Knospen von Weissdorn und Kirsche



«Äpfel sammelt man in  
Körben, Kräuter in Sträussen und  
Knospen im Fingerhut.»

*Verfasser unbekannt*

Knospen wird gerne zur Verdauungsförderung eingesetzt. Durch die Vielfältigkeit an Sträuchern und Bäumen existiert ein breites Angebot an verschiedenen Gemmorezepturen und -mazeraten.

### Vom richtigen Sammeln

Wer selbst sammeln und ansetzen möchte, sollte Knospen sicher erkennen. Wer zweifelt, kann den nächsten Sommer nutzen, um sich achtsam mit der Thematik, den speziellen Wirkungen und den belaubten Bäumen und Sträuchern in der näheren Umgebung zu befassen, um sich dann den Standort bis zum darauffolgenden Frühjahr zu merken.

Bäume und Sträucher legen die Knospen schon im späten Sommer und Herbst des Vorjahres an. Umschichtet von Knospenschuppen überwintern sie, bis die Temperatur und die Sonne den Frühling einläuten. Geerntet und verarbeitet wird meist im März. Die Knospe darf dabei noch nicht geöffnet sein, sollte aber in vollem Saft, also kurz vor dem Aufplatzen stehen. Um den richtigen Zeitpunkt für die Knospenrente zu bestimmen, ist eine achtsame Beobachtung erforderlich.

An einem Baum erwachen nicht alle Knospen am selben Tag. Oftmals platzen diejenigen Süden zeigenden Knospen wegen der höheren Wärme und des Lichtes als erste auf. Nun wäre etwa ein guter Zeitpunkt, um die noch geschlossenen Knospen der Pflanze zu sammeln.

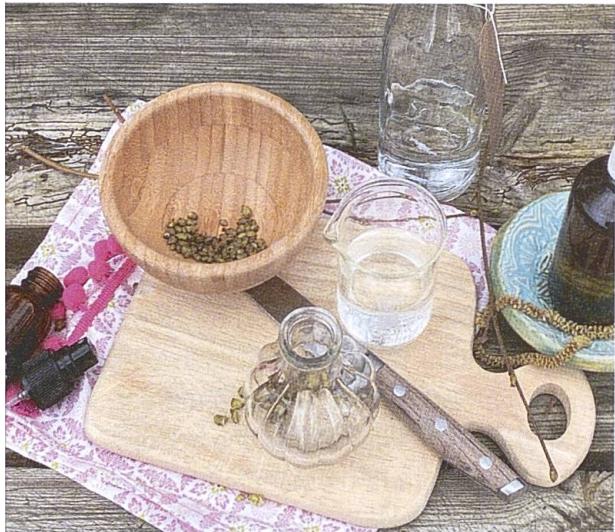
Kurz vor der Zellteilung enthält sie alle Möglichkeiten der Entwicklung; es handelt sich um omnipotente Meristemzellen, ähnlich menschlichen Stammzellen, die bis zur Weiterentwicklung das komplette Pflanzenbild einschliesslich ätherischer Öle, Flavonoiden oder Gerbstoffen der Stammpflanze enthalten. Zu diesem Zeitpunkt ist noch nicht entschieden, zu welchem Pflanzenteil sich die Knospe entwickeln wird. Erst bei Beginn des Wachstums, bei Zellteilung, beginnt die Ausrichtung und damit auch der Abbau nicht benötigter Anlagen.

### Zuschreibung spezifischer Eigenschaften

Neben dem hohen Gehalt an Proteinen, Aminosäuren und Wachstumshormonen bergen Knospen auszüge auch pflanzenspezifische Eigenschaften und Wirkungen. Der Auszug aus den Knospen der Schwarzen Johannisbeere zählt beispielsweise zu den bekanntesten und beliebtesten Mazeraten und gilt allgemein als stärkend. Ein Auszug aus Rosmarin-



Leicht zu erkennen ist der Haselstrauch, da an ihm schon die männlichen Haselblüten, die Kätzchen, hängen.



### Haselnussknospenspray entzündungshemmend, tonisierend

#### Zutaten:

1-2 g Haselnussknospen  
10 ml Wasser  
10 ml Glycerin  
10 ml 38-40%igen Alkohol (Korn oder Wodka)  
Glas  
Schraubdeckelglas  
Zerstäuberfläschchen

#### Zubereitung:

Knospen zerkleinern und in ein Schraubglas geben. Wasser, Glycerin und Wodka in einem Glas mischen und über die Knospen giessen. Schraubglas verschliessen und für einen Monat ausziehen lassen, dabei pralle Sonne vermeiden. Durch ein Tuch in ein Zerstäuberfläschchen abfüllen.

#### Anwendung:

1-3 x täglich 2-3 Sprühstöße in den Mund verabreichen und wirken lassen. Nicht direkt davor und danach trinken oder essen.



## Brombeerknospenspray

stärkend

### Zutaten:

3 g Brombeerknospen

15 ml frisches Wasser

15 ml Glycerin

15 ml Wodka oder Korn

Glas

Schraubglas

Sieb

Zerstäuberfläschchen

### Zubereitung:

Knospen mit einem Messer klein schneiden und in das Schraubglas geben. Glycerin mit dem Wasser und dem Alkohol verrühren und über die Knospen geben. Glas verschliessen und für etwa einen Monat ausziehen lassen. Danach durch ein feines Sieb in das Zerstäuberfläschchen füllen.

### Anwendung:

3 x täglich jeweils 2-3 Pumpstöße unter die Zunge und in den Mundbereich sprühen. 15 Minuten davor und danach nicht essen.

### Sammelkunde:

- Achtsam sammeln und nur einen kleinen Teil der Knospen entnehmen, da die Pflanze diese für das Wachstum braucht.
- Nicht an Strassen und entfernt von Hunde- und Fuchshinterlassenschaften sammeln.

