

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 62 (1984)  
**Heft:** 5  
  
**Rubrik:** Zitat

### **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:** 17.01.2026

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



auch an ganz anderen Orten können sie auftreten. Sie sind in der Regel gutartig, werden jedoch am besten von einem Hautarzt, einem Spezialarzt für (Klein-)Chirurgie oder einem Facharzt für kosmetische Chirurgie entfernt. (Konsultieren Sie einmal das Telefonbuch Ihrer nächsten grösseren Stadt!) Gerade in Ihrem Falle (mit Nebenerkrankungen, Kollagenose, Antikoagulation!) dürfen Sie nicht eine gewöhnliche Kosmetikerin aufsuchen. Sie brauchen ärztliche Hilfe. Gewiss wird sie Ihnen auch zukommen!

### Beinwurz-Anwendung

Wer kann mir die genaue Anwendung von Beinwurz geben? Ich habe fünf junge Stöcke und möchte gerne für meine Beine (starke Krampf- adern und Sprunggelenk-Arthrose) eine Salbe oder von den Blättern Kompressen machen. Es fehlt mir aber eine Anleitung. Wann ist Erntezeit?

Frau H. I. in L.

Zerdrücken und zerhacken Sie die ganzen, gereinigten Beinwurz- oder Wallwurzpflanzen (Symphytum), setzen Sie diesen Brei mit Alkohol (Träsch) so an, dass die Flüssigkeit die Pflanzen-

teile gut bedeckt. Nach ca. 2 Wochen (oder später) können Sie diese Tinktur (abgeseiht) zum Einreiben der Beine oder mit Wasser verdünnt für Umschläge benützen. Die Blätter, frisch zerhackt, können ebenfalls für Bein- oder Gelenkkompressen verwendet werden.

Anstatt Alkohol dürfen Sie auch Wasser benützen, einen Absud durch Aufkochen herstellen, ihn einkochen auf eine kleine Menge von Symphytum-Konzentrat und diese mit Rinderschmalz zusammen als Salbe für Ihre Beine verarbeiten. Sie sehen also, die ganze Pflanze, Wurzelstock und Blätter, ist (ab Spätsommer) voll verwendbar. Von altersher ist sie als Heilpflanze, welche entschlackend wirkt, bekannt.

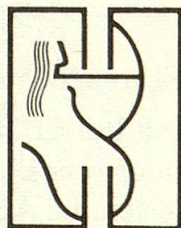
Dr. med. E. L. R.

### Zitat

**Dass die Vögel der Sorge und des Kummers über deinem Haupt fliegen, kannst du nicht hindern. Doch kannst du verhindern, dass sie Nester in deinem Haar bauen.**

Martin Luther

SOLBAD  
HOTEL SCHÜTZEN  
RHEINFELDEN  
SCHWEIZ



## Rheuma?

Eine Bade-Kur in unserem Natursole-Hallenbad (33°C) ist der angenehme und natürliche Weg zur Heilung oder Linderung von Rheumabeschwerden!

1 Woche Halbpension (7 Übernachtungen) in Einzel- oder Doppelzimmer, pro Person ab

nur Fr. 406.-



Rufen Sie uns an – wir freuen uns auf Ihre Anfrage!

Telefon 061/87 50 04

## SENIORENPÄSSE DER DEUTSCHEN BUNDESBahn

Damen ab dem 60. und Herren ab dem 65. Lebensjahr bietet die Deutsche Bundesbahn den **Senioren-Pass A** (Fr. 55.-) für Fahrten von Montag bis Donnerstag oder den **Senioren-Pass B** (Fr. 93.-) für Fahrten an allen Tagen.

Mit dem Senioren-Pass können Sie 1 Jahr lang beliebig oft Billette 1. und 2. Klasse **zum halben normalen Fahrpreis** für Reisen in der Bundesrepublik Deutschland beziehen.

Weitere Auskünfte und Prospekte erhalten Sie bei den Auskunftsbüros der Deutschen Bundesbahn in Basel, Bad. Bahnhof, Tel. 061/33 76 76 und in Schaffhausen, Tel. 053/5 80 39

**DB Die Bahn**