Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 51 (1994)
Heft: 10: Heilkräuter aus dem eigenen Garten

Vorwort: Editorial
Autor: Vogel, Alfred

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: 13.07.2025

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

INHALT

DER NATUR AUF DER SPUR 4

THEMA DES MONATS
Einen Heilkräutergarten selber anlegen.....6

NATURHEILKUNDE
Offene Beine natürlich behandeln.....13

TIERHEILKUNDE
Sanfte Medizin für das Tier.....16

BEI UNS ZU GAST
Die feine Gemüseküche: «Park-Restaurant».....18

AUF DEM SPEISEPLAN
Buchweizen.....20

ALTERNATIVE THERAPIEN
Oligotherapie.....21

DIE PRAKTISCHE SEITE.....22

BILD DES MONATS.....23

SERIE
Die Wechselwirkungen der Mineralstoffe.....24

BEWEGUNGSTHERAPIE
Gesünder durch mehr Bewegung.....27

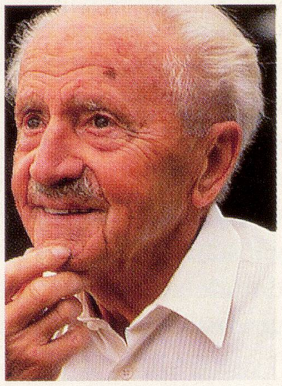
GENUßMITTEL
Bio-Weine sind anders.....31

BLICK IN DIE WELT 35

LESERFORUM
Erfahrungsberichte und Selbsthilfeforum ...36

Liebe Leserinnen, liebe Leser

In den meisten ländlichen Gegenden unserer Breitengrade sind vom März bis weit in den Oktober hinein an vielen Orten wildwachsende Brennesseln zu entdecken. Interessanterweise entwickeln sie sich dort besonders gut, wo der Mensch seine Spuren hinterlassen hat. Gewissermaßen, als ob die Brennessel dem Boden jene Stoffe zurückgeben möchte, die ihm der Mensch entzogen hat, indem er mit seinem Wirken in die Natur eingegriffen hat.



Die zu Unrecht oft als lästig betrachtete Brennessel gehört zu den gehaltvollsten Wildpflanzen. Sie besitzt in reichem Maße organisch gebundenes Eisen, weshalb sie für Blutarmut und Bleichsucht das billigste, womöglich sogar das beste Mittel ist. Der hohe Gehalt an Kalk, zusammen mit etwas Vitamin D, ist für alle Lymphatiker und für all jene, die unter Kalkarmut leiden, Grund genug, sich der Brennessel zu bedienen. Ein Großteil meines Erfolgs mit dem Kalkpräparat Urticalcin ist seinem Gehalt an Brennesseln zu verdanken.

Überbrühen wir Brennesseln, dann erhalten wir ein grünlich-gelbes Wasser, das vorteilhaft wirkt, wenn wir es zum Nachspülen der Haare verwenden, was sowohl angenehm ist als auch die Kopfhaut sowie die Haarwurzeln stärkt. Umschläge mit dem Kraut überbrühter Brennesseln fördern die Blutzirkulation und können dadurch die Heiltendenz einzelner Körperpartien unterstützen. Legen wir solch überbrühtes Brennesselkraut auf die geschlossenen Augen, dann können wir dadurch deren Sehfähigkeit fördern wegen der günstigen Wirkung auf die Kapillaren. In etlichen Fällen sollen bei längerer Anwendung sogar die Starwolken zum Verschwinden gebracht worden sein. Auf jeden Fall kann man beim grauen Star mit dieser Anwendung nie etwas verderben.

Verachten wir also die Brennessel nicht mehr weiter, sondern benützen wir sie da, wo sie sich uns gegenüber als wohltuend und heilsam erweist.

Herzlichst, Ihr

Alfred Vogel

(aus: «Gesundheits-Nachrichten», Oktober 1975)