

Der Natur auf der Spur

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **53 (1996)**

Heft 4: **Wo's grünt und blüht : die Zecken sind wieder da**

PDF erstellt am: **30.04.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

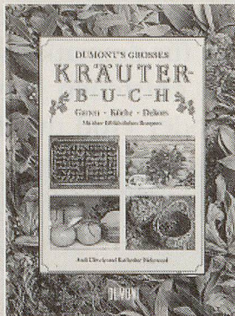
Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

BUCHTIP

Fast alles über Kräuter

Ein grosses Buch, in dem alles über alle Kräuter steht, vom Anbau über

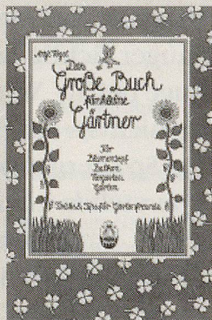


den Standort bis hin zu den Wachstumsbedingungen, den Inhaltsstoffen, zur Verwendung sowie zum Schneiden und Erziehen der Pflanzen; ein Buch, das alle anderen, Pflanzenführer,

Kräuterkochbücher, Heilkräuterkompendien und botanische Lexika, überflüssig macht – ein solches Buch gibt es nicht. Aber es gibt «Dumont's grosses Kräuterbuch», das etwas von all dem enthält, sehr schön gestaltet ist und mit seinen vielfältigen Rezepten zu vielfältigen (Gaumen-)Freuden einlädt.

Kleine grosse Gärtner

Bereits 1978 ist «Das grosse Buch für kleine Gärtner» von Antje Vogel erschienen – und es ist immer noch gross, schön illustriert und lehrreich. Was passiert zum Beispiel, wenn man in einen Avocado-Kern vier Zahnstocher steckt und ihn fünf Wochen in ein Glas Wasser legt? Abwarten, lesen, erzählen – und sich mit diesem ausgezeichneten Kinderbuch jedes Jahr auf einen blühenden Frühling freuen.



- «Dumont's grosses Kräuterbuch», Andi Clevely/Katherine Richmond, Dumont-Verlag, Köln, SFr./DM 39.80
- «Das Grosse Buch für kleine Gärtner», Antje Vogel, F. Coppenrath Verlag, Münser, SFr./DM 38.80 geb., 24.80 Paperback • CU

200 Jahre Homöopathie

1796 publizierte der damals unbekannte Dr. Samuel Hahnemann (1755 – 1843) den theoretischen Leitgedanken der Homöopathie «Similia similibus curentur» – Ähnliches kann durch Ähnliches geheilt werden. Heute, 200 Jahre später, ist die Homöopathie als alternative Heilmethode vielerorts, wenn auch keineswegs überall, anerkannt. Anlässlich des Jubiläums wird das Werk Samuel Hahnemanns mit verschiedenen Festakten gewürdigt.



Allein in der Schweiz gibt es sechs Vereinigungen von homöopathischen Therapeutinnen und Therapeuten, und in Deutschland verschreiben drei von vier Ärzten Homöopathika anstelle von «har-

ten» Heilmitteln – 200 Jahre nach ihrer Geburtsstunde in Christoph Wilhelm Hufelands medizinischem Vierteljahresjournal hat die Homöopathie allen Grund zu feiern. Das Deutsche Hygiene-Museum in Dresden eröffnet denn auch am 16. Mai eine Ausstellung mit dem Titel «Homöopathie 1796-1996 – Eine Heilkunde und ihre Geschichte», und in der Paulskirche in Frankfurt am Main findet am 14. September unter der Schirmherrschaft des deutschen Bundesgesundheitsministers Horst Seehofer ein Festakt «200 Jahre Homöopathie» statt. Zu Ehren des Simile-Prinzips wird im September eine deutsche Sonderbriefmarke mit dem Konterfei Hahnemanns herausgegeben. Am 13. und 14. November schliesslich führt der Schweizer Verein homöopathischer Ärztinnen und Ärzte (SVHA) im Casino in Zug eine Veranstaltung «In memoriam Samuel Hahnemann» durch.

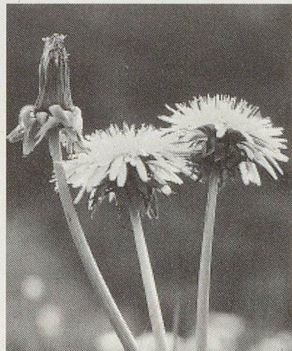
Nicht die Krankheit steht bekanntlich im Zentrum der Homöopathie, sondern die menschliche Ganzheit; nicht schnelles Gesundheitsflickwerk, sondern die Kraft der eigenen Lebensenergie. Diese wird mit kleinen

Reizen, hohen und höchsten Potenzierungen (Verdünnungen), stimuliert und bekämpft die Krankheit sozusagen von innen. Viele Menschen selbst mit chronischen und allergischen Krankheitsbildern verdanken der feinstofflichen Homöopathie ihre Gesundheit.

Homöopathische Ganzheit auf der einen und wissenschaftlich-medizinische Rationalität auf der anderen Seite – da verwundert es nicht, dass auch Kollisionen dieser beiden «Weltbilder» die 200jährige Geschichte mitgeschrieben haben. Indessen: Dauerhafte Heilerfolge und unbeirrbares Erfahrungswissen der Hahnemannschen Naturheilkunst haben sie erst ermöglicht.

Informationen zu den einzelnen Veranstaltungen sind beim *Deutschen Zentralverein Homöopathischer Ärzte e.V.* (Tel. D 0228/63 92 30) oder beim *SVHA* (Tel. CH 01/761 11 11) erhältlich.

Ein längerer Artikel über die Homöopathie und ihre Wirkungsweise findet sich in den «GN» vom November 1994.



Hanföl für die Haut

Hanfsamen enthalten etwa einen Drittel Öl. Es wird meist für Seifen und, mit Leinöl vermischt, als Firnis verwendet. Wer an Hautallergien, Neurodermitis, Juckreiz usw. leidet, kann

täglich einen Löffel Hanföl einnehmen oder den Salat damit anmachen. Der Geschmack ist nicht überwältigend, die Heilerfolge sollen aber gut sein.

Wildpflanzenmärit

Am 25. April 1996 findet in Bern von 07.00 – 16.00 Uhr auf dem

Bärenplatz der Wildpflanzenmärit statt. Er gibt Gelegenheit, über 300 einheimische Blumen, Kräuter, wie z.B. Löwenzahn, und Stauden sowie deren Anbau und Pflege kennenzulernen. Fachleute geben Auskunft, welche Wildpflanzen in welchem Boden wachsen und was sie alles brauchen, damit sie prächtig gedeihen.

Informationen: Ruth Steffen, CH-3652 Hilterfingen, Tel. CH 033/43 29 19.

Was ist eigentlich ... Melatonin?

Bis vor ein paar Jahrzehnten wusste niemand so richtig, was es mit der zwischen Gross- und Kleinhirn situierten Zirbeldrüse auf sich hat. Eine Art Zerebraler Blinddarm? Erst in den sechziger Jahren stellte man fest, dass sowohl die Zirbeldrüse (oder Epiphyse) als auch der Verdauungstrakt ein Hormon – man nannte es *Melatonin* – ausscheiden, welches das Zusammenspiel einer ganzen Reihe von körperlichen Funktionen steuern hilft, u.a. Verdauung, Schlaf, Menstruation, Antikörperbildung sowie Bekämpfung der schädlichen Freien Radikale (siehe dazu GN 6/95). Auf – mindestens – drei Ebenen, so fand man weiter heraus, übernimmt das Melatonin zentrale Aufgaben: bei der Regulierung des Immunsystems, bei der Aufrechter-

haltung der hormonellen Kommunikation sowie, entscheidend für die Lebenserwartung, als innere Uhr. Bald schon gelang es, das «Wunderhormon» Melatonin synthetisch herzustellen – womit, wie das amerikanische Magazin «Newsweek» unlängst jubelte, «eine der heissesten Pillen des Jahrzehnts» geboren war: Melatonin, einmal schlucken, nie mehr altern! Inzwischen weiss man, dass neben dem Melatonin noch verschiedene andere Faktoren den Alterungsprozess beeinflussen. Je mehr z.B. jemand isst, desto mehr Freie Radikale werden via Sauerstoff im Körper freigesetzt (womit man wieder bei der gesunden Ernährung wäre). Eine ganz andere Frage ist natürlich: Wie alt will man eigentlich werden?

• CU