

# Die praktische Seite

Objektyp: **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.

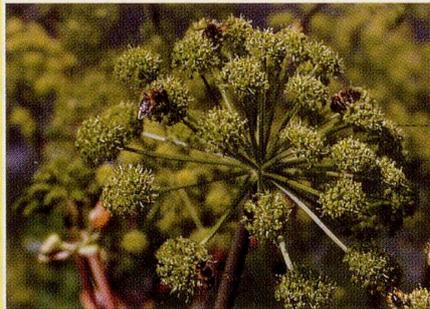
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **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.

## Engelwurz

Das Engelkraut stammt ursprünglich aus dem Norden Europas. Über zwei Meter gross kann die zur Familie der Doldenblütler gehörende Engelwurz werden, die von Juli bis August blüht. Blätter und Blüten dieser Riesin erntet man vor der höchsten Blüte, die Samen im Spätsommer und die Wurzeln am besten im Herbst. Die wie alle Doldenblütler schierlingsähnliche Pflanze wächst an kühlen oder feuchten Orten, an Flussauen, auf Wiesen und in Wäldern. Nach Mitteleuropa kam die Engelwurz, auch Brustwurz oder schlicht Angelika genannt, vermutlich im 14. Jahrhundert und wurde in Kloostergärten gerne und oft kultiviert, da er als wirkungsvolles Mittel gegen die damals grassierende Pest angesehen wurde. Seine verdauungsfördernden und krampflösenden Eigenschaften wurden



so sehr geschätzt, dass er quer durch die Geschichte bis heute vielen als Magen- oder Schwedenbitter sowie als Wein das Leben versüsste. Für die Verdauung, gegen Blähungen und Krämpfe, zur Beruhigung des Darms, bei Migräne und Menstruationsbeschwerden – für und gegen vieles wirkt die Engelwurz. In der Küche kann sie als Salat, Suppe oder Sauce sowie als Magen-Darm-Tee verwendet werden. Bei Rheuma hilft ein Engelwurzbad: einen Liter Wasser mit einer Handvoll Wurzelstücken erhitzen, sieden lassen und gesiebt ins Wasser geben. Die Gastrosan Magen-Tropfen von A. Vogel enthalten neben Engelwurz auch Schafgarbe und Löwenzahn und helfen u.a. gegen Appetitlosigkeit, Völlegefühl nach dem Essen und leichte Magenkrämpfe. • CU

## Gut zu wissen:

### Kurse, Seminare, Tagungen:

**13.4. – 20.4. Appenzellerland:** Ganzheitliches Fasten (weitere Fastenwoche: 28.9. – 5.10.96), *Info/Prospekt: Ursula L. Schenkel, Uetikon, Tel. CH 01/920 14 44*

**25.4. MuttENZ** (kath. Pfarreiheim): Wechseljahre – Auftakt in eine neue Lebensphase, Vortrag von Monika Scheuzger (mit Unterstützung der Bioforce), gleicher Vortrag am **8.5. in Münsingen** (Gemeindesaal Schlossgut), am **9.5. in Regensdorf** (Ev.-ref. Kirchgemeinde), am **14.5. in Freiburg** (Hotel Bahnhof Düdingen), am **20.5. in Davos** (Kongresszentrum), am **21. Mai in St. Moritz** (Hotel Laudinella), Beginn jeweils 20.00 Uhr, *Info: M. Scheuzger, Tel. CH 041/66 75 82*

**20./21.4. Genève:** Comment renforcer notre système immunitaire, stage à Genève, *Info: R. Weibel, Tel. CH 022/753 19 05*

**27.4. Zürich:** Tagesseminar Allergien, *Info: U. Meyer, Tel. CH 01/242 54 50*

### Ferien:

**25.5. – 1.6. Freiberg:** «Fasten-Wander-Wochen mit Alice im Wunderland Schweiz», *Info: Alice Moser, Tel. CH 032/22 13 15*

**3.6. – 8.6. St. Antönien GR:** Fasten – Wandern – leichter werden; **10. 6. – 13.6. St. Antönien:** Akupressur und Reflexzonen, **25.6. – 30.6. St. Antönien:** Kräuter-, Wickel-, Pflanzenheilkunde, *Info und Ganzjahresprogramm aller Ferienkurse: U. & P. Ladner, 081/54 25 61 (ab 30. 4. 081/332 25 61)*

Auf Forschungsreise  
im Frühling 

