Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 8 (1951)
Heft: 5

Artikel: Erfahrungen mit Heilpflanzenauflagen
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-554405

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: 16.07.2025

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

wirkenden Nutzen von Kräutern oder andern, entsprechend guten Zusätzen benützt. In der Regel nimmt man als Kräuterzusatz Heublumen, besser ist aber noch der wilde Thymian, also der so genannte kleine Kostens, der sehr aromatisch ist. Auch Wacholdernadeln sind beliebt. Wer Eucalypthusblätter zur Verfügung hat, mag solche verwenden. Kräuter, die aromatische Stoffe enthalten und somit eine anregende oder beruhigende Wirkung auslösen, sollen je nach dem Zustand des Patienten verwendet werden. Citronenmelisse wird zu besserm, ruhigerem Schlaf verhelfen. Selbst Haferstroh wird vorteilhaft angewandt.

Eine *Sitzbadewanne* ist zur Durchführung der Sitzbäder wohl das Zweckdienlichste. Wo eine solche jedoch fehlt, kann auch ein Zuber aus Holz verwendet werden. Ist eine Badewanne vorhanden, dann kann das Sitzbad auch in ihr, in Form eines Halbbades vorgenommen werden, indem man das Wasser nur bis zum Zwerchfell, das heisst, bis zum Bauchnabel hinaufsteigen lässt. Das Sitzbad schwächt nicht wie das Vollbad. Es ist daher auch für Herzleidende erträglich.

Ein *warmer Raum* ist zur Durchführung des Sitzbades stets Grundbedingung. Es ist überaus riskiert, das Sitzbad in kaltem Raum auszuführen. Um die sich abscheidende Wärme dem Patienten zuzuführen, kann man ihn in der Sitzbadewanne leicht mit warmen Tüchern decken, so, dass diese über die Badewanne herunterhängen und dadurch für gute Isolierung sorgen.

Die *Dauer* des Sitzbades erstreckt sich von einer Viertelstunde bis zu einer halben Stunde. Das halbstündige Sitzbad ist indes dem kürzern vorzuziehen. Um das Wasser dabei auf gleicher Temperatur halten zu können, stellt man eine Kanne mit kochendem Wasser neben sich und giesst immer wieder Wasser nach. Die Füsse sollten entweder auch in warmem Wasser stehen oder aber mit einem Wolltuch umwickelt werden, damit man nicht friert. Sehr günstig ist folgende Anwendung, die derjenige ausführen kann, der nebst der Sitzbadewanne noch eine grosse Badewanne besitzt. Man legt über diese querlaufend ein breites Brett, auf welches man die Sitzbadewanne stellt. Ein weiteres Brett dient für die Füsse. Besitzt man nun eine Handtusche, dann kann man mit Leichtigkeit heisses Wasser nachlaufen lassen, während man vom kühlen Badewasser mittelst einem kleinen Eimer in die grosse Wanne zurückgiessen kann. Diese Anordnung hat zudem noch den Vorteil, dass man nach Schluss des Bades keine schwere Wanne vom Boden heben muss, sondern das Wasser einfach durch Kippen in die grosse Wanne ausleeren kann.

Sitzbäder können besonders bei Frauen Wunder wirken und sollten daher zur allgemeinen Pflege gehören.

Wie oft sollen sich die Sitzbäder wiederholen? In dringenden Fällen darf jeden Abend ein Bad erfolgen. Zur allgemeinen Gesundheitspflege sollte man 2mal wöchentlich ein Sitzbad nehmen, während zur gewöhnlichen Körperpflege ein solches wöchentlich nur einmal nötig ist.

Erfahrungen mit Heilpflanzenauflagen

a) Kohlblätterauflagen

Der Einladung folgend, gute Erfahrungen mit Auflagen von Heilpflanzen bekannt zu geben, sandte Frl. M. aus M. anfangs des Jahres folgenden Bericht ein:

«In den «Gesundheits-Nachrichten» vom Januar 1951 sprechen Sie über die Auflage von Kohlblättern und andern Heilpflanzen. Da ich mit dieser Behandlung ein sehr erfreuliches Resultat erlangte, möchte ich Ihnen kurz davon berichten.

Letzten Sommer litt ich unter einem furchtbaren, tiefgehenden Karfunkel am Schulterblatt. Die Fieber stiegen bis 40 Grad. Eine tüchtige Krankenschwester stand mir zur Seite, um die nachfolgende Behandlung sehr gewissenhaft durchzuführen.

1. Tag: Auflegen von heissem Bockshornklee. Uebrige Tage bis zur Ausheilung: Auflegung von Kohlblättern, die im Tag ca. 6mal gewechselt wurden. Bei jeder Aenderung der Auflage wurde die Wunde mit Schmierseife und anschliessend mit Molkenkonzentrat gewaschen, sodann mit Calciumkomplex-Pulver gepudert und wieder mit frischen Kohlblättern bedeckt. Nachgeholfen habe ich mit Lachesis D 12, Echinacea D 2 und Hepar sulf. D 4, welche innerlich wirkten. Während der ganzen Zeit der Behandlung, die ca. 8 Tage dauerte, ernährte ich mich ganz ausschliesslich mit Fruchtsäften. Der Erfolg war ganz verblüffend. Als ich nach der Genesung einen Arzt zur Kontrolle aufsuchte, war dieser sprachlos und konnte zur gänzlichen Heilung nichts mehr verschreiben. Er bestätigte, dass es sich um einen ausserordentlich tiefgreifenden Karfunkel gehandelt habe. Als er ihn sah, sagte er: «Wissen Sie, dass Sie todkrank gewesen sind?» Natürlich erklärte ich ihm, wie ich mich behandelt hatte.

Ich möchte nicht unterlassen beizufügen, dass ich nach ca. 10 Tagen vom Krankenlager aufstand, ohne das Gefühl zu haben, sehr geschwächt zu sein, obschon bei jeder Packung immer viel Eiter entfernt wurde. Es würde mich überhaupt interessieren, wie diese grosse Menge Eiter bei der so naturgemässen Lebensweise, wie ich sie durchführe, möglich war?»

Es ist interessant, wie dieser Karfunkel durch die richtige Unterstützung rasch geheilt werden konnte. Kein Wunder, dass der Arzt darüber erstaunt war. Gut, dass die Patientin Mut hatte, ihm den Werdegang der Behandlung darzulegen, denn die Kenntnisnahme der erfolgreichen Wirkung mag auch einem gewissenhaften Arzt zur weitern Verwendung willkommen sein.

Beachtenswert ist der Umstand, dass sich die Patientin trotz der starken Körperbeanspruchung durch diese Krankheit nachträglich nicht müde gefühlt hat. Dieser Vorzug war der guten Reinigungsmöglichkeit, die man dem Körper verschaffte, zu verdanken. Was nun der viele Eiter anbetrifft, war dieser nicht von Anfang an im Körper, sondern hat sich fortwährend gebildet. Es handelt sich hiebei um den bekannten Vorgang, den das gesunde Blut erwirkt, indem es mittelst der weissen Blutkörperchen die Fremdstoffe einschliesst und ausstosst. Dies wird bis zur vollständigen Reinigung vollzogen. Es ist daher wirklich verkehrt, die Eiterbildung durch chemische Mittel zu erdrosseln, denn dadurch bleiben die Giftstoffe im Körper zurück und belasten diesen mit Unwohlsein und Müdigkeit. Wer hingegen die Eiterbildung zweckdienlich fördert, kann auch damit rechnen, den Körper richtig zu entgiften. Zur Behandlung im Einzelnen kann noch erwähnt werden, dass die Anwendung von Molkenkonzentrat zum Auswaschen der Wunde völlig genügt hätte, so dass keine Schmierseife nötig gewesen wäre.

b) Heilzwiebelauflagen

Ein weiterer Bericht von Frau V. aus B. beleuchtet die günstige Wirkung der so genannten Heilzwiebel wie folgt:

«Betreffs der Aufforderung in der Januar-Nummer der «Gesundheits-Nachrichten» teile ich Ihnen mit, dass ich mit Auflage von zerquetschtem «Heilbölle» schon sehr gute Erfahrungen gemacht habe und zwar bei Blutvergiftungen, Eiterungen, ebenso bei schlimmen Insektenstichen und sonst bei jeder Art von Wunden. «Heilbölle» leitet sehr gut ab bei Ohren-, Hals- und Kopfweh. Auch rheumatische Schmerzen lindert die Heilzwiebelauflage. Sehr wichtig scheint mir zu sein, die Auflage gut mit Gaze und warmer Watte oder wollenen Tüchern zu decken oder zu umwinden, damit die behandelte Stelle gleichmässig warm bleibt, also unter keinen Umständen auskühlt.

Gesunde, frisch zerquetschte Heilzwiebelblätter wirken so intensiv und stark ableitend, dass ich mich frage, ob sie eventuell bei ganz schlimmen Krankheiten, wie Multiple sklerose und Kinderlähmung günstige Wirkungen zeitigen könnten?»

Auch dieser Bericht ist anspornend und besonders der ältern Generation nicht ganz unbekannt. Seit die chemischen Mittel indes ihren Feldzug angetreten haben, sind solch gute Hausmittel immer mehr und mehr in Vergessenheit geraten und es ist gut, wenn sie zum Nutzen der Leidenden wieder bekannt gemacht werden. Es ist nicht ganz ausgeschlossen, dass die Anwendung der Heilzwiebel bei Kinderlähmung und Multiple sklerose sogar eine günstige Wirkung auszuüben vermögen. Man müsste dies einmal ausprobieren, denn schaden wird die Anwendung auf keinen Fall.

Rüeblisaft für die Augen und für die schlanke Linie

Seit einiger Zeit ist es eine erwiesene Tatsache, dass der Saft der unscheinbaren Carotte nicht nur günstig auf die Augen wirkt, sondern auch der schlanken Linie nachzuhelfen vermag. Es ist dies ein sprechender Beweis dafür, dass unsere Nahrungsmittel zugleich auch vorzügliche Heilmittel zu sein vermögen. Eine Bäckersfrau, die ständig inmitten der herrlichsten Süssigkeiten lebt, schreibt, dass sie solche sehr gut meiden könne, seit sie eine Rüeblisaft-Kur durchführe. Schon nach einer Woche konnte sie berichten:

> *«Ich bin 80 Kilo schwer gewesen und merke nun, dass ich schön abnehme, denn vom Rüeblisaft habe ich gar kein Hungergefühl und kann ganz gut ohne Nachtessen und «z'Vieri» auskommen.»*

Eigentlich hat die Patientin mit der Rüeblisaft-Kur begonnen, um gegen die ständige Bindehautentzüdung ihrer Augen anzukämpfen. Durch medizinische Behandlung hatte sie keinen Erfolg zu verzeichnen und griff daher zu der einfachen Wirkung von Carottensaft. Jeden Tag bereitete sie sich aus 1 kg biologisch gezogenen Rüebli 7 dl Saft. Zur Unterstützung der Kur wurden Hypericum- und Calcium-Komplex eingesetzt und vorzüglich wirkt in solchem Fall auch das Auswaschen der Augen mit Augentrost- und Ringelblumentee.

Es ist Tatsache, dass bei einer Rüeblisaftkur das Provitamin A günstig auf die Augen wirkt. Ferner bewirkt auch jede Verbesserung der Blutzirkulation und der Blutzufuhr zum Auge eine Verbesserung der Funktionen. Wenn die Durchblutung des Auges richtig gewährleistet wird, dann können auch die Vorzüge, die durch den Rüeblisaft und somit durch das Carottin für das Auge in Erscheinung treten, besser zur Geltung kommen.

Bestimmt ist es erfreulich, dass eine solch wirkungsvolle Kur nicht nur den Augen zugute kommt, sondern auch die Gewichtsabnahme auf völlig natürliche Weise fördert. Man muss dabei nur beachten, dass man sich eiweissarm ernährt und Weissmehlprodukte nebst weissen Zucker meidet, dafür aber Naturnahrung einnimmt und vor allem viel Säfte geniesst. Nebst dem Rüeblisaft wirken auch noch der Grapefruit-, der Trauben- und Orangensaft vorzüglich. Dabei muss jeder Einzelne jedoch selbst beachten, welche der Säfte für ihn bekömmlich sind, denn nicht jeder Patient kann die verschiedenen Säuren ertragen, deren Genuss einem Gesunden nichts ausmachen. Wer also einen Erfolg ohne Nebenwirkungen erzielen will, der muss sich individuell seiner Natur anpassen und vorsichtig sein. Auch das Quantum der Säfte muss mässig sein, da man sich bekanntlich mit einem Zuviel ebenfalls schaden könnte. Diese Vorsicht ist selbst bei den natürlichen Mitteln, die eine Entfettung bewirken können, geboten.

Was aber die chemischen Entfettungskuren anbetrifft, sind solche als gesundheitsschädigend zu meiden, denn man kann daran zugrunde gehen. Es gibt viele Fälle, die tragisch geendet haben, darum sollte jeder Patient, der glaubt eine Entfettung nötig zu haben, hiezu nur natürliche Mittel verwenden.

Seelische oder medizinische Beeinflussung?

Das gestörte Wunder

Wenn schon ein Goethe feststellen konnte, dass es mehr Dinge zwischen Himmel und Erde gebe, als sich die Schulweisheit träumen lasse, dann sollte man diese Einsicht auch dem inwendigen Menschen entgegenbringen, denn auch er ist in seinen Auswirkungen gewissermassen ein kleines Wunder. Dies beachtet man allerdings meist erst, wenn irgend etwas gestört und aus der normalen Bahn heraus geworfen worden ist. Im übrigen ist es um das Wunder so harmonisch bestellt, dass es zur Gewohnheit und Selbstverständlichkeit gehört, wenn alles im Gleichmass klappt und stimmt. Ist dem aber nicht so, dann besteht sehr leicht die Gefahr, die Störungen einseitig beheben zu wollen, indem man entweder nur dem Körperlichen Beachtung schenkt oder aber auch nur das Seelische zu beeinflussen sucht. Eines ist indes durch das andere bedingt. So gibt es beispielsweise Patienten, die bereits schon durch das Lesen von Krankheitsfällen dermassen ängstlich werden, dass sie glauben, die gleichen Symptome an sich selbst beobachten zu können. Einige Beispiele.

Angina pectoris

Im letzten Herbst berichtete eine Patientin, der Arzt hätte bei ihr Angina pectoris festgestellt, da sie immer wieder einen Herzkrampf bekomme. Während der Erholungszeit bei einer alten, tüchtigen Krankenschwester verschwand indes jegliches Anzeichen von Angina pectoris und stellte sich auch nach Monaten nicht mehr ein. Welcher Anwendung hatte sich die Krankenschwester bedient? Nun, ganz einfach einer ruhig sachlichen Einfühlungsgabe in die Nöte der Patientin. Dadurch löste sie ihre seelischen Konflikte und nahm ihr vor allem die Angstpsychose hinweg, dass es sich bei ihr um Angina pectoris handle. Die Patientin lebte auf unter dem gütigen Verstehen, und die Herzkrämpfe wiederholten sich nicht mehr. Wie wenig wären in solchem Falle chemische Mittel dienlich gewesen? Sie hätten den Körper nur vergiftet und herabgewirtschaftet, während freundliches Entgegenkommen und liebevolles Verständnis zur zweckdienlichen Hilfe gereichten. Dieses Beispiel will nun nicht besagen, dass sich krankhafte Anzeichen jedesmal auf solch einfache Art und Weise beheben liessen. Gesetzt der Fall aber, dass ein Patient unter einer ausgesprochenen Angina pectoris leidet, ist es doppelt angebracht, ihm durch seelische Unterstützung sein Leiden richtig tragen und abbalancieren zu helfen. Bei jeder Krankheit irgendwelcher Art wird es von Nutzen sein, wenn der Patient selbst die innere Ruhe wahrt und sich dadurch leicht zu entspannen sucht. Jede verkehrte, angstvolle Einstellung erhöht die Schwierigkeiten. Wer aber unter Berücksichtigung der üblichen Krankheitssymptome den Kopf oben behält und sich nicht irgendwie ungünstig beeinflussen lässt, der hat viel mehr Möglichkeit, sich bei lästigen Krankheitsäusserungen beherrschen zu können. Wer nebenbei noch eine vernünftige, naturgemässe Lebensweise durchführt und als Heil- und Kräftigungsmittel zur Natur greift, kann bestimmt mit einer denkbar günstigen Beeinflussung seiner Lage rechnen.

Gestörte Eierstockstätigkeit

Ein weiterer Fall zeigt, wie zweckdienlich es ist, zu seinen Lebensverhältnissen die richtige Einstellung zu gewinnen, indem man sich in der bereits besprochenen Form umzustellen versteht. Eine junge Frau hatte über stetige Störungen in der Eierstockstätigkeit zu klagen. Krämpfe, Periodensörungen, alle möglichen Beschwerden im Unterleib waren die Folge. Eine Beratung mit dem jungen Ehepaar, das sich nicht gut verstand und seine eigene Lage nicht richtig zu meistern wusste, hatte eine innere Umstellung zur Folge und siehe da, die Beschwerden und Störungen liessen sich ohne Medikamente regeln. Dies ist