**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

**Herausgeber:** A. Vogel

**Band:** 8 (1951)

**Heft:** 5

**Rubrik:** Unsere Heilkräuter

**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:** 17.07.2025

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

ein Beispiel davon, dass körperliche Defekte sehr oft durch seelische Not hervorgerufen werden können. Behebt man diese, dann verschwinden in der Regel auch die Störungen. Es ist dies ein deutlicher Fingerzeig, wie wichtig es ist, das seelische Gleichgewicht zu wahren, um sich vor körperlichen Schädigungen zu schützen. In unserer hastigen, selbstsüchtigen Zeit mag dies nicht immer leicht sein, und doch, es lohnt sich.

*Leberleiden*

Auch manches Leberleiden mit seinen unliebsamen Störungen von Galleerbrechen, von Gemütsdepressionen und anderem mehr, kann behoben werden durch die Befolgung von guten Ratschlägen. Wer die Schwierigkeiten seines Lebens zu meistern versteht, kann auch diesen unliebsamen Gallenstauungen und Leberstörungen entgegenarbeiten, so dass solche, statt sich durch eine unrichtige Einstellung zu steigern, im Gegenteil langsam verschwinden.

*Anwendung spezifischer Mittel*

Nicht immer wird es gelingen durch Beheben der Ursachen auf geistigem Gebiet Organstörungen erfolgreich zu bekämpfen ohne Anwendung von spezifischen Mitteln. Sehr oft muss beides mitwirken, die seelische Umstellung, wie auch zweckentsprechende Mitteleinnahme. Die erwähnten Beispiele möchten nur veranschaulichen, dass die Aenderung jener Umstände, die zu körperlichen Beschwerden geführt haben, sehr oft auch die entstandenen Organ- und Funktionsstörungen wieder verschwinden lassen.

*Das Problem der Krankenkasse*

Bespricht man sich über diese Probleme mit Aerzten, dann erhält man meist den berechtigten Hinweis, dass es ein Ding der Unmöglichkeit sei, sich mit den seelischen Nöten der Patienten aufzuhalten, bei den heutigen Bedingungen, die die Krankenkasse gewährleiste. Die individuelle Behandlung der Patienten mit Berücksichtigung ihrer Verhältnisse und seelischen Lage bedingt eine Aenderung im Krankenkassen-System. Bekommt ein Arzt nur die Normalentschädigung der Krankenkasse für einen Patienten, dem er genügend Zeit zur Berücksichtigung seiner Verhältnisse widmen muss, dann wird er weniger verdienen als ein recht bezahlter Maurerhandlanger, was man einem Arzt, der so und so lange studiert und so und so viel Kapital für dieses Studium ausgegeben hat, bestimmt nicht ohne weiteres zumuten kann.

So ist die Lage des Arztes. Diejenige des Patienten mag indes gleich bedauerlich sein, denn wenn dieser eine grosse Reise unternommen hat, um in jeder Hinsicht zweckdienlichen Rat zu erlangen, genügen 5—10 Minuten nicht, um seinen Verhältnissen individuell Rechnung tragen zu können. Diese Uebelstände sollten grundlegend behoben werden.

*Aerztlicher Vertrag*

In Brasilien herrschte seinerzeit, vielleicht gar heute noch, die Sitte, dass man mit seinem Arzt einen Vertrag abschloss. Man war daraufhin verpflichtet, dem Arzt jährlich eine gewisse Summe zu bezahlen, wofür sich dieser seinerseits verpflichten musste für die Gesunderhaltung seines Klienten besorgt zu sein. Je besser in solchem Fall der Arzt für seinen Patienten sorgt, umdesto weniger wird dieser in seinem Sprechzimmer erscheinen müssen, um ihm erneute Arbeit und Mühe zu bereiten. Es liegt also im eigenen Interesse des Arztes, seinen Patienten gut zu bedienen und ihn aufmerksam zu behandeln, wenn er den Pauschalbetrag, den er von ihm erhält, nicht durch zu häufiges Erscheinen des Kranken geschmälert sehen will. Das nennt man, den Spiess umkehren. Ist aber anderseits der Patient unangenehm, indem er in hyper-hysterischer Weise immer wieder in der Sprechstunde erscheint, dann kann der Arzt seinerseits den Vertrag künden. Aendert sich der Patient nicht, dann wird ihn mit der Zeit kein Arzt mehr in Behandlung nehmen, und er wird sich bequemen müssen, in sich zu gehen und sich umzustellen. Auch bei uns würde eine solche Einrichtung womöglich gut sein.

*Weitere Uebelstände*

Zu den erwähnten Lücken, die die Krankenkasseneinrichtung aufweist, gehört auch der Umstand, dass Naturheilmittel von der Krankenkasse nicht bezahlt werden. Mancher Patient würde sich weniger lang besinnen, zur Wohltat naturgemässer Behandlung zu greifen, wenn auch diese von der Krankenkasse berücksichtigt würde. Es wäre für den Patienten schon viel erreicht, wenn ihm die Kur nur wenigstens nach erfolgter Heilung bezahlt würde. In der Regel wird die Krankenkasse aber auch darauf nicht eingehen mit Ausnahme einiger weniger einsichtsvoller Kassiere.

*Abhilfe*

Vernünftige Lebensweise und Berücksichtigung seelischer Faktoren ist somit bestimmt angebracht, um wesentliche Abhilfe der Uebelstände zu beschaffen. Wer aus all den heute zur Verfügung stehenden Möglichkeiten Nutzen zieht und im Bedarfsfall statt zu chemischen Mitteln zur Naturheilmethode und in erster Linie auch zu seelischer Beeinflussung greift, wird sich gesundheitlich den besten Dienst erweisen.

## UNSERE HEILKRÄUTER

PULMONARIA *(Lungenkraut)*

Wieder einmal war es Frühling geworden, denn das gelbe Schlüsselblümchen stand zusammen mit dem blauen Märzenstern oben im sprossenden Buchenwald, wo der Kalkfelsen auf sie herniederblickte und sie hie und da durch einen herunterrollenden Stein zu beunruhigen vermochte. Sonst aber war es friedlich hier oben, denn nur am Sonntag schwärmten die Spaziergänger aller Art herum, um sich die leuchtende Blumenpracht in ihre schmucklosen Stadtwohnungen zu holen. «Dass sich die Städter überhaupt zu uns heraufwagen,» wunderte sich die weisse Anemone, «können denn die noch klettern, wenn sie doch ständig zwischen Mauern leben müssen?» «Die werden eben nicht achtlos an mir vorübergehen,» erklärte der Weissdorn, der sich bereits zu weisser Blütenpracht vorbereitet hatte, «denn meine Beeren enthalten Stoffe, die ein starkes Herz verschaffen, und das braucht man zum Steigen.» Wie ein kleiner Triumphator schaute der segenspendende Strauch auf die Blumenwelt zu seinen Füssen herunter. Gleichwohl aber wagte sich aus ihrer Mitte ein Stimmlein hervor, ein rotblaues Blümchen, das ähnliche Blüten trug, wie die Schlüsselblume. Es war das Lungenkraut, das von sich wusste, wie hilfreich auch seine Säfte zu dienen vermochten. «Nicht vergebens nennt man mich Lungenkraut,» erklärte die kleine, bescheidene Pflanze, «denn ich stärke die Lunge, erhalte sie gesund, ja heile sie sogar. Nicht umsonst stehe ich im Kalkboden und sammle mir leicht löslichen Kalk, aber auch Kali und Kieselsäure. Wer sich meine zarten, weichbehaarten Blättchen holt, um sie fein zu schneiden und unter den Salat zu mengen, kann meine sämtlichen Vorzüge geniessen. Früher hat man darauf geachtet, heute aber scheinen die Menschen nur noch an uns vorüber zu gehen, ohne zu wissen, was wir zu bieten vermögen. Ja, nach unsern Blüten haben sie immer noch Verlangen. Bestimmt kommen heute Mittag viele zu uns, denn es ist ja Sonntag, um uns unsre schönsten Blüten zu rauben, und wir werden uns fest bemühen müssen, wenn wir unser Flecklein Erde, auf dem wir stehen, wieder so reichlich schmücken wollen, wie es jetzt geschmückt ist.» «Wenn aber doch so viele zu uns kommen, sollten wir sie doch belehren können,» eiferte kindlich der Märzenstern. «Wie willst du das tun? Die Menschen verstehen unsere Sprache nicht. Da kann ich lange Lungenkraut heissen, selbst mein lateinischer Name Pulmonaria deutet

auf den gleichen Sinn hin, was fragen die Menschen heute noch nach dem? Früher ja, da holte man mich, da wussten die alten Leute und jene noch, die nur keuchend den Berg hinankamen, dass sie nicht mehr so sehr nach Luft schnappen mussten, wenn ich ihnen mit meinen wertvollen Stoffen dienen durfte. Kein Wunder, dass heute so mancherlei Gebrechen überhand nimmt, und dass sich so viele Krankheiten ausbreiten können, da die Menschen eben der Natur entfremdet sind und nichts mehr von dem zu wissen scheinen, was der Schöpfer zu ihrem Wohle in uns Pflanzenkinder hineingelegt hat. Ja, es ist wahr, früher war das anders. Ich kann mich noch gut erinnern, wie damals Frühjahr um Frühjahr ein stämmiger Mann mit seinem kleinen Jungen bei uns vorbeikam, um Kräuter zu sammeln. Da genoss der Knabe jenen Unterricht, den die Jugend heute mehr oder weniger entbehrt. Wohl geben sich manche Lehrer Mühe, ihren Schülern unsere Familiengruppen bekannt zu geben, aber es ist dies eigentlich nur ein blosses Wissen ohne irgendwelche Beziehungen zu uns. Die echte Wertschätzung gegenüber dem schöpferischen Walten kann wohl nur der haben, der unsere Werte überhaupt zu heben weiss. Wie gut verstand damals der bewanderte Vater, seinem Jungen diese Werte beizubringen. Nicht nur liess er ihn meine harmlosen Blättchen geniessen, nein, auch das Aronakraut musste er kosten, das doch so unendlich beissend ist. Noch heute muss ich darüber lachen, wenn ich mich daran erinnere, wie der scharfe Saft das hübsche Gesichtchen des Knaben verziehen liess. Hätte er sich als Erstklässler nicht geschämt, bestimmt hätte er sogar zu weinen begonnen über die bittere Enttäuschung, die ihm zu teil geworden war. So aber musste er als echter, strammer Bube eben lernen, sich zusammen zu nehmen und sich zu beherrschen, und es hat ihm nichts geschadet, denn er ist was Rechtes im Leben geworden. Nie mehr hat er vergessen, wie das Aronakraut wirkt, nie hat er mich, das Lungenkraut verächtlich übersehen, wiewohl er ein erfolgreicher Arzt geworden ist. Aber eben, gerade deshalb wird er sich nicht vergebens mühen, weil er eben in der Schatzkammer der Natur sucht und dort für die geplagte Menschheit auch das Richtige zu finden vermag. Was nützen falsche Schlusfolgerungen? Sie führen nicht zum Ziele. Wie so viel weiser ist es, der Natur abzulauschen, was sie zu bieten vermag, ihre Wirksamkeit zu erproben und danach zu handeln. Wenn es nun einmal so ist, dass die Schätze des Mineralreiches zuerst durch unsere Adern fliessen müssen, um von uns verarbeitet und in die richtige Form gebracht zu werden, sollte man sich nicht dagegen sträuben und hartnäckig an einer Theorie festhalten, die doch nicht zu bieten vermag, was man sich von ihr versprochen hat.» All diese Weisheit hatte das Lungenkraut in sich aufbewahrt und war froh, endlich einmal seine Meinung sagen zu dürfen. Es war schwer genug, dass die Menschen die Sprache der Blumen nicht mehr verstanden und ihre Werte nicht mehr zu heben vermochten. Einmal musste es gesagt sein, vielleicht mochte es doch zu ihnen dringen. «Nun begreife ich, warum du so glühst, gerade wie ein warmes Feuerlein. Wenn du so viel Wärme und Helferwillen in dir birgst, ist dies wohl kein Wunder mehr!» So lobte der Weissdorn seine kleine Nachbarin und es war ihm eine Freude, dass auch sie mithalf, den Menschen zu dienen.

## FRAGEN UND ANTWORTEN

Anfragen durch den Fragekasten sind für alle Abonnenten der „Gesundheits-Nachrichten" gratis. Für briefliche Rückantwort ist eine 20er-Marke beizulegen. Anfragen sind direkt an A. Vogel, Teufen (Appenzell) zu richten.

### *Ausdauer bringt Erfolg*

Frau M. aus A., deren Zustand immer wieder zu wünschen übrig liess, schrieb anfangs Februar 1951 sehr erfreut über die Besserung ihres Zustandes. Die Patientin hatte viel unter Entzündungen im Unterleib und unter immer wiederkehrenden Gallenblasenentzüdungen zu leiden. Die Urin-Analyse hatte denn auch gezeigt, dass Störungen der Leber vorhanden waren, ferner schlechte Funktion der Bauchspeicheldrüse, mangelhafte Sekretion, Gärungen und Darmgase. Auch die Niere war nicht in Ordnung und die Nerven liessen sehr zu wünschen übrig. Als äusserst belastend empfand die Patientin die heftigen Schmerzen vor der Periode. Natürlich war durch all die gestörten Funktionen auch das Gemüt sehr in Mitleidenschaft gezogen, und es war notwendig, der Patientin die Zusammenhänge körperlicher und seelischer Störungen zum Bewusstsein zu bringen. Es war für sie ebenso notwendig, sich den genauen Richtlinien der Behandlung zu unterziehen, als auch sich seelisch zu ihren Verhältnissen richtig einzustellen. Zur Schonung der Leber waren fettgebackene Speisen zu meiden. Statt Konserven und denaturierte Nahrungsmittel musste Naturnahrung gewählt und vor allem viel Rüeblisaft eingesetzt werden. Die Leber wurde ferner noch angeregt durch Biocarottin, den eingedickten Rüeblisaft, wie auch durch Chelidonium D 2, das schlichte Schöllkraut. Zur Verflüssigung der Galle diente Podophyllum D 3 und Sitzbäder waren zur Durchweichung angerbacht, denn sowohl die Leber, als auch die Gallenblase, die Bauchspeicheldrüse und nicht zuletzt der Unterleib profitieren davon. Für die Nerven diente Avena sativa, der Saft aus biologisch gezogenem Hafer, nebst Acid. phos. D 4 und Acid. picr. D 6. Im Dezember 1950 schrieb die Patientin, dass sie sich zwar etwas besser fühle, doch seien die Schmerzen immer noch gross und sie könne nicht mehr glauben, dass es einmal wieder besser werden könne. Ganz verzweifelt telephonierte sie nachträglich nochmals, worauf sie ermuntert wurde, in der Ernährung noch konsequenter zu sein, wie auch in der Durchführung der Anwendungen, was der Patientin aber über die Festzeit schwer zu fallen schien. Dennoch hielt sie durch und konnte daher auch nachträglich mitteilen, dass es ihr nun doch endlich besser gehe.

*«Ich bin so sehr dankbar über die guten Ratschläge, die Sie mir vor Weihnachten durchs Telephon gaben,»*

so schrieb die Patientin und berichtete dann noch weiter:

*«Wenn es auch für den Moment hart war für mich, mich noch mehr umzustellen im Essen, so war doch die Freude umso grösser, als die grossen Schmerzen nach einigen Tagen schon nachgaben. Die Kohlauflagen, Weizenkeimlinge und Gastronol wirkten Wunder ...»*

Auch die Schmerzen vor der Periode hatten nachgelassen und ausser einiger kleinen Störungen, die noch zu beheben sind, ist die Patientin heute auf dem Wege bester Zuversicht, denn sie hat nun doch erfahren, dass auch veraltete, chronische Fälle wieder in Ordnung gebracht werden können. Das erneute Urinergebnis war daher auch verhältnismässig gut und im Vergleich zu den früheren wie Tag und Nacht. Die vielen kranken Symptome waren überwunden. Eine leichte Stauung in der Leber konnte zwar noch festgestellt werden, doch war das Eiweiss verschwunden nebst den vielen Epithelien aus der Niere und aus der Blase. Manchmal scheint ein zähes Durchhalten unnütz zu sein, wenn man aber der Natur gleichwohl die notwendige Unterstützung angedeihen lässt, bis sie wieder richtig regenerieren kann, dann wird man mit der Zeit auch chronische Schädigungen wirksam bekämpfen können, nur sollte man nach dem erreichten Erfolg die naturgemässe Lebensweise möglichst beibehalten, denn sie wird schonen und festigen.

### *Gefährlichkeit der Lumbal-Punktionen*

Ein interessanter Bericht ging anfangs März von einer Krankenpflegerin aus N. ein. Trotz Spondilitis im Kindesalter war sie durch eine gute Kur bei Professor Dr. Rollier in Leysin so gut genesen und erstarkt, dass sie sich als Krankenpflegerin ausbilden und in ihrem Berufe vielerorts, selbst im Ausland, segensreich wirken konnte. Ein kleines, unbedeutendes Hirnschlägli, das von niemandem als nur der Patientin selbst beachtet worden war, hatte zur Folge, dass das linke Bein bei Uebermüdung etwas versagte und nachgeschleppt werden musste. Diesen Uebelstand nun beobachtete eine Aerztin und schlussfolgerte als Ursache auf die frühere Erkrankung. Trotz dem Widerstand der Patientin kam es so weit, dass sie schliesslich ohne ihr Wissen und ihre ausdrückliche Genehmigung einfach mit einer Lumbal-Punktion buchstäblich überrumpelt wurde. Folge davon war Lähmung beider Beine. Röntgenbilder zeigten, dass es sich dabei nicht um ein Neuaufflackern der alten Krankheit handelte, sondern dass diese schön ausgeheilt worden war. Der Chiropraktiker vermutete, dass durch den Eingriff der Lumbal-Punktion, Nervenwurzelfasern verletzt worden seien, wodurch die Lähmung entstehen konnte und dies mag stimmen. Langsam muss man nun wieder zu regenerieren suchen. Die Krankenschwester hat damit bereits selbst begonnen, indem sie eine ungewisse Operation ablehnte und die etwas krassen Anwendungen des Hausarztes, wie Arsenkuren und anderes mehr, mit natürlicher Behandlungsweise zu vertauschen wünscht. Zehn Tage nach der Rückkehr aus dem Spital konnte