

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 16 (1959)  
**Heft:** 10

**Artikel:** Ein schwesterliches Pflanzentrio  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-968957>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 03.02.2025

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



sucht. Es ist deshalb nicht abwegig, dieser Wurzel auch bei der Pflege von Leber und Galle Beachtung zu schenken. Oft wirken sich jedoch einzelne Mittel noch weit erfolgreicher aus, wenn sie mit andern, die in der Heilung unterstützend mithelfen können, verbunden werden. Auch die Krappwurzel erhöht ihre Wirksamkeit durch eine Kombination mit Wegtritt und Labkraut. Beide sind bei uns heimisch, während die Krappwurzel bei uns nicht wild gedeiht, sondern in Syrien und Südeuropa zu finden ist. Sie wurde bei uns jedoch früher angebaut und sogar Pestalozzi hat sich mit diesem Anbau befaßt. Die Wurzel enthält nämlich eine rote Farbe, die zu Färbereizwecken verwendet wurde. Sie war deshalb auch allgemein unter dem Namen Färberwurzel bekannt. Wenn man sie heute zu Heilzwecken verwenden will, muß man sie anpflanzen. Anders ist es mit unserm Wegtritt, auf dem die Bauern meist achtlos herumtreten, ohne zu wissen, welch heilsames Kräutlein sich unter ihren Füßen befindet. Vor Jahren traf ich einmal in einem Engadinerdorf mit einer armen Frau zusammen, die unter schweren Gallenstörungen litt, was ich aus ihrem Gespräch entnehmen konnte. Da war für mich das Naheliegendste, sie auf den Wegtritt aufmerksam zu machen, als ein Kräutlein, das ihr die beste Hilfe darreichen konnte, das ihr zudem so nahe stand, daß sie es täglich mit Füßen trat, denn es wuchs reichlich zwischen der Rundsteinpflasterung vor ihrem Hause. Ich riet ihr nun, sich doch dieses unscheinbaren Kräutleins zu bedienen, indem sie täglich eine Handvoll frischen Wegtritt, also *Polygonium aviculare*, unter den Salat mische und siehe da, schon nach einigen Tagen waren die vorher so anhänglichen Leber- und Gallenbeschwerden verschwunden. Noch manche andere Erfahrung dieser Art veranlaßte mich, auch dieses Kräutlein zu Kombinationszwecken in Betracht zu ziehen. Wenn ich dann jeweils durchs Rheintal fuhr, begrüßten mich auf den sommerlichen Fluren längs den Wegrändern stets die feinen, gelben Blüten des Labkrautes, dessen lateinischer Name, nämlich *Galium verum*, mich unwillkürlich an eine Beziehung zur Galle erinnerte. Schon des öfters hatte ich auch mit diesem Kraut gute Erfahrungen gemacht, hilft es doch verdauen, ja, es ist sogar die einzige Pflanze, die bei der Käsebereitung den Dienst des Labes aus dem Kalbermagen versieht, so daß es in gewissen Gegenden zu diesem Zwecke zugezogen wird. Alle drei Pflanzen zusammenkombiniert, ergeben nun also *Polygonuria*, ein verstärktes Mittel zur Reinigung der Leber und Galle. Bei regelmäßiger Einnahme verhindert es sogar die Bildung von Gallensteinen. Sehr erfolgreich wirkt auch folgende Kur:

#### **Polygonuria-Kur**

Die zwei ersten Tage wird gefastet und nur Mineralwasser getrunken. Morgens und abends nimmt man 5 *Polygonuria*-Tabletten ein und zwar in Tausendguldenkrauttee oder aber zusammen mit *Centaurea*, also Tausendguldenkrauttropfen. Unterstützt wird diese Kur noch durch Einnahme von 5—10 Tropfen *Chelidonium* nach dem Mittagessen. In der Zwischenzeit darf höchstens im Laufe des Morgens und während dem Nachmittag je 1 dl roher, frischgepreßter Carottensaft getrunken werden. Am dritten Tag beginnt man mit Rohkost, indem man die Salate mit Molkosan und unraffiniertem Öl zubereitet. Dazu genießt man noch etwas Knäckebrötchen mit Quark und Hefeextrakt «Herbaforce».

Diese Kur bewirkt, daß die Beschwerden nach 14 Tagen, spätestens aber nach 3—4 Wochen verschwunden sind. Wesentlich unterstützt kann sie durch Auflagen von feuchtheissen Kräutersäcklein werden, da dadurch ein schnellerer Erfolg erzielt wird. Es ist vorteilhaft auch nach der Kur die Tabletten noch einige Zeit einzunehmen, jedoch nur noch 3x täglich 1 Tablette zusammen mit etwas Mineralwasser. Sehr zu empfehlen ist die *Polygonuria* auch, bevor man die radikale Oelkur gegen Gallensteine durchführt, da dadurch eine günstige Vorbereitung erzielt wird.

## **Ein schwesterliches Pflanzentrio**

### **Heidelbeeren, Preiselbeeren, Bärentrauben**

«Mein Junge, paß gut auf!» so sagte der Vater, als er im Frühling mit seinem Knaben durch den Gebirgswald wanderte. «Ich will dir nun ein schwesterliches Trio von Pflanzen zeigen, das hier in diesem Bergwald zufrieden beisammen wächst und sich teilweise sehr ähnlich ist. Du kannst dabei genaues Beobachten lernen und daran erkennen, daß sich oft die Pflanzen durch gewisse Kleinigkeiten wesentlich voneinander unterscheiden.

#### **Wer beginnt die Runde?**

Vom Heidelbeerpflücken her sind dir die Heidelbeerpflanzen bereits bekannt. Sieh, wie da rechts von uns die kleinen Stauden mit ihren kurzgestielten, feingesägten, dünnen Blättchen wie ein grüner Teppich den Waldboden bedecken! Die helfen, roh gekaut oder auch als Tee, wenn jemand eine erkrankte Bauchspeicheldrüse besitzt. Schau, da blühen schon einige Stäudchen. Wer würde glauben, daß diese kleinen, glockenförmigen, grünlichen Blüten sich zu solch schmackhaften Beeren entwickeln könnten, wie wir sie jeweils vom Juli bis in den September hinein für die Großmutter sammeln gehen. Sie freut sich immer, wenn sie dadurch ihre Milz und Leber reinigen kann, denn ein Leberleiden ist nicht angenehm. Erinnerst du dich noch daran, wie du vor zwei Jahren an heftigem Durchfall littest? Da half dir unser Vorrat an getrockneten Heidelbeeren wunderbar.

#### **Die zweite im Bunde**

Komm nun, wir gehen weiter. Dort drüben siehst du noch einen Rasen von ähnlichen Sträuchlein. Aber schau dir die Blättlein gut an, damit du sie nicht verwechselst. Sie sind nicht so länglich und dünn wie jene der Heidelbeeren, sondern eiförmig, ledrig und am Rand schwach nach innen gerollt, auch sind sie unterhalb braun getupft. Wenn du dir die Blüten betrachtest, dann kannst du erkennen, daß sie nicht wie bei den Heidelbeeren nur einzeln oder zu zweien in den Blattachsen stehen sondern in kleinen Trauben, und wenn sie auch ungefähr gleich groß sind, so besitzen sie doch nicht nur einen fein gezähnten Rand, sondern 5 deutlich wahrnehmbare Zipfel. Zudem ist ihre Farbe nicht unscheinbar grünlich, sondern weiß bis rosarot. Merk dir das gut, dann kannst du sie zur Blütezeit immer unterscheiden. Wenn die Pflanze dann im Juli-August ihre scharlachroten Früchte trägt, ist es für dich nicht mehr schwer, zu erkennen, daß du Preiselbeeren vor dir hast, denn schon oft haben wir diese leuchtenden Beeren gesammelt, weil die Großmutter sie gerne als wohlschmeckende Speisebeigabe verwendet. Sie weiß, daß es sich dabei um ein ausgezeichnetes, harntreibendes Mittel handelt, das die Harnsäure gut ausscheiden hilft. Auch die Darmschleimhäute beeinflusst es günstig wegen seinem Gehalt an Gerbstoff. Deine Mutter weiß wohl, warum sie daraus so gerne Konfitüre und Sirup bereitet, denn dieses gute, säuerliche Genußmittel besitzt sehr viel Vitamin C, also Ascorbinsäure und ist deshalb von großer Bedeutung. Es regt auch den Appetit an und kann bei Brechdurchfall und regulärer Ruhr wunderbare Dienste leisten. Im Laufe des Sommers können wir uns dann auch noch einen Vorrat von Blättern holen, denn der Tee daraus wirkt bei Nierenbecken- und Blasenentzündung fast so gut wie die Bärentraubenblätter. Es ist günstig, daß die Pflanze in der Nähe von den Heidelbeeren wächst, so wird man während der Heidelbeernte immer an sie erinnert und vergißt sie weniger.

#### **Die letzte der Schwestern rückt an**

Nun sind wir bei dem letzten Glied unseres pflanzlichen Schwestertrios angelangt, und wenn wir uns gut umschauen, dann werden wir gewiß in der Nähe einige Pflänzchen entdecken. Paß aber auf, daß du sie nicht auf den ersten Blick mit den Preiselbeeren verwechselst. Ihre kleinen, immergrünen Sträuchlein bilden ebenfalls



einen Rasen, nur sind sie niederliegend, nicht aufrecht wie jene der Preiselbeeren. Schau, da stehen welche mit ihren dicken, ledrigen Blättchen. Unten sind sie netzartig geädert, die braunen Punkte fehlen, auch ist ihr Rand nicht umgebogen. Dies alles sind bereits gute Erkennungszeichen. Da blüht eines und zwar ganz ähnlich wie die Heidelbeerstaude, nur daß die kleinen Glöckchen rosafarben sind und ein ganzes Grüppchen zusammenbilden, das sich bis zum ersten August in säuerlich rote Beeren verwandeln wird, die jedenfalls den Vögeln dienlich sind.

So muß man in der Natur immer genau beobachten, damit man sich die einzelnen Merkmale einprägen kann, wodurch eine Verwechslung vermieden wird. Wenn wir uns dann Preiselbeerblätter holen, werden wir auch Bärentraubenblätter sammeln, denn sie sind als altbewährtes Mittel bekannt. Zusammen mit Sitzbädern und Heublumenwickeln leisten sie bei chronischen Blasenbeschwerden gute Dienste. Ebenso haben sie sich auch bei Nieren- und Blaseninfektion und bei Nierenbecken- und Blasenentzündung bewährt. Man nimmt den Tee nur gegen diese Krankheiten ein, denn er wirkt nicht als harntreibendes Mittel, wie dies vielerorts geglaubt wird. Wegen der vielen Gerbsäure, die er enthält, ist er auch für die Schleimhäute günstig und bildet zugleich ein mildes, wehentreibendes Mittel. Bei längerem Gebrauch wirkt er infolge der Gerbsäure stopfend.

Du siehst nun, wie nützlich das Schwestertrio ist, weshalb es in unserer Hausapotheke nicht fehlen sollte, und teilweise verdient es auch in unserer Ernährungsliste aufgenommen zu werden. Erzähl es weiter, damit auch andere daraus Nutzen ziehen.»

## FRAGEN UND ANTWORTEN

### Folgen starken Blutverlustes werden überwunden

Mitte April dieses Jahres gelangte Hr. S. aus W. mit der Bitte an uns, einer Frau aus seiner Bekanntschaft behilflich zu sein. Sie hatte bei der Geburt ihres Kindes einen großen Blutverlust erlitten, und da sie eine Bluttransfusion ablehnte, wurde ihr weitere Behandlung im Krankenhaus versagt. Sie verlor noch immer Blut, und das Blutbild war sehr schlecht.

Um nun den Allgemeinzustand zu heben und den Blutverlust zu stillen, wurden folgende Mittel verordnet: Alfavena, Alpenkräuter- und Arnica D3. Bis zum völligen Stillen des Blutes war auch noch Tormentavena einzunehmen, wobei zugleich auf gute Dampfpflege zu achten war, da dieses Mittel leicht stopfen kann. Dem war entgegenzuwirken durch Einnahme von Leinsamen oder Psyllum nebst eingeweichten Feigen.

In der Ernährung waren völlig zu meiden: Weißmehlprodukte wie auch weißer Zucker und auch alle daraus hergestellten Erzeugnisse. Des weitern war auf Schweinefleisch, Wurstwaren und gekochte Eier zu verzichten. Statt dessen mußte viel roher Carottensalat und Carottensaft wie auch roher Spinatsalat genossen werden, alles aus biologisch gezogener Gemüse, um das Stillen nicht ungünstig zu beeinflussen. Zur Hebung des Kalkspiegels diente noch das biologische Kalkpräparat Urticalcin, während gleichzeitig das kieselsäurereiche Galeopsis, also der bekannte Holzhahn, als Frischpflanzpräparat einzunehmen war.

Gegen Ende Mai ging folgender Bericht ein:

«Die bekannte Frau nahm die Mittel sofort gemäß den Anweisungen ein, und der Erfolg war ausgezeichnet. Die Blutungen hörten sofort auf, auch konnte sie sich gut erholen, so daß der Befund laut ärztlicher Feststellung sehr zufriedenstellend ist.»

Zurückgeblieben war nur noch eine leichte Müdigkeit, die durch die weitere Kräftigung des Allgemeinzustandes, wie auch durch eine regelmäßige Pflege der Nieren mittelst einem leichten Nierentee und den Nierentropfen Nephrosolid ebenfalls noch erfolgreich behoben werden kann.

Aus dem Verlauf der Angelegenheit ist leicht ersichtlich, daß die Natur im Falle von starkem Blutverlust und schlechtem Blutbild nicht verlegen ist, sondern die richtigen Mittel zur Behebung der Störungen beschaffen kann.

### Erfolgreiche Behandlung trotz Ueberempfindlichkeit

Es ist nicht immer leicht bei Ueberempfindlichkeit zu einem erfolgreichen Ergebnis zu gelangen. So schrieb uns Fr. C. aus F. im Mai unter anderem:

«Ich bin in allem sehr überempfindlich, besonders je nach der jeweiligen Wetterlage...»

Unter Einsetzung des Urins schilderte sie uns dann ihre verschiedenen Gebrechen, wofür wir ihr folgende Mittel und Anweisungen erteilten. Für die erweiterten Bronchien wurden Galeopsis, Usneasan und Kali jod D4 angeordnet, wobei Usneasan zugleich

auch auf die starke Blasenschwäche einwirken konnte, die ihrerseits ferner noch durch Nephrosolid und Sitzbäder nebst feuchtheißen Kompressen unterstützende Hilfe erhielt. Gleichzeitig konnten die physikalischen Anwendungen ihre gute Wirkung auch auf die vorhandenen Darmstörungen ausüben. Die Darmtätigkeit mußte durch die Einnahme von weißem Lehm und Azidophylus normalisiert werden. Um den Blähungen entgegenzuwirken, war die Leberfunktion durch frischgepressten rohen Carottensaft und Grapefruitsaft anzuregen. Es war vorwiegend auf Rohkost zu achten, wobei die bitteren Salate an erste Stelle traten. Zu verwenden war nur kaltgepresstes Oliven- und Sonnenblumenöl und beim Kochen auf keinen Fall tierische Fette. Da sich die Patientin auch über Gedächtnisschwäche beklagte, erhielt sie noch Acid. phos. D4 und zur allgemeinen Stärkung des Nervensystems Avena sativa. Urticalcin sollte die gesamte Kräftigung fördern und zur Entgiftung des Körpers wurde Echinaforce eingesetzt. Der weiße Lehm und das Acidophylus waren täglich einzunehmen, während die andern Mittel auf drei Tage verteilt wurden. Auf diese Weise konnte regelmäßig allen Gebrechen Beachtung geschenkt werden. So daß gleichzeitig die vorhandenen Uebel bekämpft und eine allgemeine Besserung erzielt werden konnte.

Um die verengten Bronchien auch physikalisch noch günstig zu beeinflussen, wurden Tiefatmungen angeordnet. Alles in allem ein reiches Pensum, aber die Patientin schrieb uns im Juni, daß sie alle getreulich ausgeführt habe.

«Die Kur mache ich nun sechs Wochen. Ich habe sie sehr genau nach Ihren Ratschlägen durchgeführt. Auch habe ich immer sehr strikte Diät gehalten und ebenfalls die Sitzbäder, Kompressen und Tiefatmungsgymnastik ganz nach Vorschrift beachtet. Nun bin ich aber sehr erfreut, berichten zu können, daß ich mich wirklich wohl fühle. Auch der Darm ist nun viel besser in der Tätigkeit, und ich habe einen erfreulichen Appetit. Selbst die Atmungsorgane sind bedeutend erleichtert. Ich kann viel freier und tiefer atmen. Der Husten ist eigentlich nur mehr noch ein Reizhusten zu nennen. Auch der Auswurf hat fest nachgelassen. Je nach der Wetterlage ist beides noch stark oder weniger stark vorhanden. Die große Müdigkeit ist schon bedeutend weniger spürbar, ebenso die Blasenschwäche.

Ich bin gewiß, daß ich Ihnen mit meinem guten Bericht auch eine große Freude machen kann und grüße Sie in tiefer Dankbarkeit.»

Sicherlich kann eine solch sichtbare Besserung der Lage, die im Lauf von knapp zwei Monaten erzielt werden konnte, als erfreulich bezeichnet werden, denn bei Ueberempfindlichkeit ist es oft schwer, die mannigfachen Gebrechen gleichzeitig günstig anzugreifen, um sie heilsam zu beeinflussen. Es ist daher vorteilhaft, wenn der Patient bis zur völligen Festigung der erzielten Heilung die Kurvorschriften beharrlich weiter innehält und sie erst langsam, allmählich abklingen läßt. Bei großer Empfindlichkeit ist ohnedies ein stetiges Innehalten vernünftiger Regeln zu beachten.

## AUS DEM LESERKREIS

### Milchschorf verschwindet

Frau M. aus S., die ihr 4 Monate altes Milchschorfmädelchen sorgfältig pflegte, konnte gleichwohl eine stete Zunahme des Uebels feststellen und wandte sich deshalb Mitte März an uns.

Daraufhin erhielt sie für das Kindchen zur Einnahme Viola tricolor D 1, also Stiefmütterchen-Frischpflanzenextrakt, nebst den Nierentropfen Nephrosolid und Urticalcin-Pulver. Alles war in verminderter Dosis einzunehmen. Die kranken Stellen waren mit Urticalcin-Pulver gut zu bestäuben und bei Juckreiz mit Johannisöl zu betupfen. Falls diese Hilfe nicht genügen sollte, war noch Molkosan anzuwenden. Statt Kuhmilch wurde Mandelmilch empfohlen. Dem Gemüseschoppen war frischgepresster, roher Rübensaft beizugeben und zur weitem Hebung des Kalkstoffwechsels diente das verschriebene Urticalcin.

Anfangs Mai schrieb uns die Mutter über den Verlauf der Störungen folgenden Bericht:

«Ich habe dem Kind alles so gegeben, wie Sie mir geschrieben haben, nur verweigerte mir die Kleine lange Zeit die Mandelmilch. Trotzdem konnte ich bald ein Nachlassen des Beißens feststellen, da sie weit weniger ihr Köpfchen in Kissen scheuerte. Nun aber nimmt sie die Mandelmilch seit 3 Wochen, und ich kann nur staunen über die stetige Besserung. Das Körperchen ist beinahe frei vom Schorf, auch dürfen sich die Glieder nun sehen lassen. Also, herzlichen Dank für Ihre Hilfe.»

Solch ein Erfolg ist sehr erfreulich. Sollte Mandelmilch stopfend wirken, dann kann eine Regelung auch durch Vollreisschleim und durch verdünnte Buttermilch erfolgen, wie auch durch Cassia fistula, das sogenannte Manna, das dem Schoppen aufgelöst beigegeben werden kann. Man kann auch die Mandelmilch abwechselnd durch verdünnte Kuhmilch ersetzen, nur ist dabei darauf zu achten, daß rückwirkend keine Verschlimmerung eintritt. Gute Darm- und Nierentätigkeit ist indes zur Heilung unerlässlich. Mit einem leichten Kamillenklistier darf in hartnäckigen Fällen nachgeholfen werden, ebenso fördern milde Kräuterbäder die Darmtätigkeit. Hierzu kann man Stiefmütterchen verwenden, die zugleich heilend auf die Haut einwirken, ebenso Käsilkraut, Sanikel, Kamillen und wilder Thymian. Der Teabesud, der dem Bad beigegeben wird, muß indes ganz milde sein.