

Eine erfolgreiche, alte Indianermethode

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **22 (1965)**

Heft 9

PDF erstellt am: **22.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-969173>

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.

würde ausheilen, wenn wir diesen Organen nur einmal 1—2 Tage Ruhe gönnen würden, indem wir ganz einfach fasteten. Auch die Blase könnte unter Umständen ihre Entzündung rasch loswerden mit einigen feuchtheissen Wasseranwendungen und etwas Bettruhe, denn über das Wochenende würden wir dazu Zeit finden. Auf beruhigende Spaziergänge im Wald würden die aufgewühlten Nerven bestimmt besser ansprechen als auf Librium und Brommittel, die dies doch höchstens nur vorübergehend erreichen können.

Es wird zu unserem grossen Vorteil reichen, wenn wir bei unserem Behandlungsplan die Natur nie aus dem Spiele lassen, sonst versäumen wir es, den be-

sten und billigsten Arzt in uns selbst wirksam sein zu lassen. Es ist allerdings heute für viele schwer, diesen einfachen Weg einzuschlagen, denn so viele von uns sind in ihrer Denkweise und in ihrem Wandeln der Natur völlig entfremdet. Sie haben sich an die neuzeitlichen Ansichten über Gesundheitsfragen und Lebensweise gewöhnt und kennen weder ihren Körper noch die Schädlichkeit entwerteter Nahrung und Genussgifte. Wenn wir sie beraten, haben sie schwer, umzulernten und Vertrauen zu fassen, und doch würde es auch ihnen zugute kommen, wenn sie in jeder Hinsicht zum Vollwertigen des Lebens greifen würden, denn darin liegt das beste Heilverfahren.

Eine erfolgreiche, alte Indianermethode

Beim Sammeln von Pflanzen zog ich mir infolge Barfusslaufens durch Dornen an beiden Füssen eine Verletzung zu. Meine Füsse sind zwar sehr widerstandsfähig, denn die Haut der Sohlen ist so hart, dass ich im Wald und auf den Bergen mit Leichtigkeit über jedes Geröll gehen kann, wenn ich barfusslaufe. Aber Schwarzdorn- und Brombeerengestäud, das abgehauen und trocken im Gestrüpp am Boden liegt, ist auch für meine Fusssohlen eine zu grosse Zumutung. Wenigstens holte ich mir durch die Dornen am linken Fuss eine kleine Wunde ein, die ich abends ausdrückte, worauf dunkles Blut herauskam. Am rechten Fuss schien der Dorn abgebrochen zu sein, und es zeigte sich keine Wunde, aber gleichwohl schmerzte auch dieser Fuss. Da ich anderntags verreisen musste und nicht wie ein Invalider laufen wollte, führte ich eine einfache Anwendung durch, die ich seinerzeit bei den Indianern kennengelernt hatte.

Ich besass zu diesem Zweck in meinem Pflanzengarten genügend Echinaceablätter. So beschaffte ich mir denn ein grosses Blatt, das ich in frischem Zustande um den schlimmeren Fuss mit der Wunde wickelte, worauf ich einen Socken dar-

über zog und weiche Schuhe anlegte. Beim Laufen wurde das Blatt immer gegen die verletzte Stelle gedrückt und gegen den Abend war der Schmerz völlig verschwunden. Der rechte Fuss dagegen, den ich nicht besonders gepflegt hatte, weil er ja nicht verletzt war, schmerzte immer noch und war vor allem stark druckempfindlich.

Bei den Indianern von Zentralamerika steht Echinacea als vorzügliche Heilpflanze hoch im Kurs. Die Frischpflanzenauflagen sind dort eine alte, bewährte Methode. Entweder legt man sie einfach ganz auf oder aber gequetscht. Man kann sich sogar auch der südamerikanischen Anwendung bedienen, indem man die Pflanzen erst kaut, bevor man sie auflegt. Auch bei uns gibt es wildwachsende Heilkräuter, die sich zu solchen Kräuterauflagen eignen. Die Malven, also das sogenannte «Chäslichrut», Sanikel, heidnisch Wundkraut oder Solidago und bei Insektenstichen vor allem gequetschter Efeu sind Pflanzen, die wir uns für den erwähnten Zweck merken sollten. Als Kräuterkenner findet man in Wald und Feld immer Heilmittel, die eine grosse Hilfe für uns sein können.