Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 28 (1971)
Heft: 2

Artikel: Die Barbascowurzel, Diascorea composita
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-551628

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: 14.07.2025

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

Kohlrabiblätter

Da die Kohlraben, die auch unter dem Namen Rübkohl bekannt sind, zu den ersten Frühlingsgemüsen gehören, ist es wohl angebracht, einmal über den Wert ihrer Blätter Näheres zu berichten. Dieser Hinweis ist tatsächlich nützlich für uns, denn es ist bei uns nicht üblich, diesen Blättern irgendwelche Beachtung beizumessen. Gewöhnlich füttert man sie dem Vieh oder wirft sie auf den Kompost. Dadurch gehen wir aber notwendiger Werte verlustig, ist doch kein anderes Gartengemüse so kalziumreich wie die Kohlrabiblätter. In der Regel haben wir jedoch keine Ahnung, welch wunderbarer Heilwert in ihnen enthalten ist. Dies scheint jedoch auf Jugoslawien nicht zuzutreffen, denn dort ist es üblich, auf dem Markt Kohlrabiblätter einzukaufen, und zwar nicht etwa darum, wie einer meiner Freunde irrtümlich glaubte, als er diesen Umstand an Ort und Stelle persönlich feststellen konnte, weil zu wenig Geld vorhanden wäre, um sich Kohlrabiknollen beschaffen zu können. Dem ist also nicht so, denn die Jugoslawen scheinen uns in dieser Hinsicht voraus zu sein. Sie behandeln das, was in bezug auf den Kalziumgehalt an erster Stelle steht wie die Kohlrabiblätter, nicht verächtlich. Wir werden uns einen gesundheitlichen Vorteil beschaffen, wenn wir diese vernünftige Einstellung nachahmen, indem wir die Kohlrabiblätter ebenfalls als Gemüse verwerten. Auch der weiche, weisse Bestandteil, die sogenannten Storzen oder Stümpfe, die man bei den Kohlarten mit dem Stiel gewöhnlich unachtsam wegwirft, verdient, nebenbei erwähnt, einigermassen die gleiche Beachtung wie die Kohlrabiblätter. Man sollte daher nur jeweils das Harte des Stieles entfernen, um das verbleibende Mark zu raffeln und den Salaten beizumengen oder ungekocht der Suppe beizugeben. Das ergibt wie die Kohlrabiblätter ein feines, billiges Kalkpräparat, das ernährungsmässig keineswegs zu verachten ist.

Doch mit diesem Hinweis ist der Wert der Kohlrabiblätter noch keineswegs erschöpft, stehen sie doch in Anbetracht ihres Eisengehaltes nahezu ebenfalls an erster Stelle. Selbst der berühmte Spinat, der Endivien- und Kopfsalat nebst dem Lauch, die alle gute Eisenlieferanten sind, kommen dennoch weit hinter den Kohlrabiblättern zu stehen. Nur noch der Sauerampfer vermag diese in der Hinsicht zu übertreffen. Ein netter Kindervers lautet: «Es kommt nicht auf das Äussere an, nur auf den guten Kern», was also auch bei den Kohlrabiblättern stimmt, weil sie sowohl im Gehalt an Eisen als auch im Gehalt an Kalzium sozusagen die führende Stellung unter sämtlichen Gemüsearten, die bei uns bekannt sind, einnehmen, mögen sie auch noch so missachtet sein. Wenn man sie indes in verschiedenen Südländern als Gemüse richtig einzuschätzen weiss, mag dies auf eine alte Sitte oder eine Erfahrungstatsache zurückzuführen sein. Vielleicht schmecken sie, gut zubereitet, manchem noch besser als das übliche Knollengemüse. Versuchen wir es also einmal mit frischen Frühlingsblättern der Kohlrabi, sobald diese erhältlich sind.

Die Barbascowurzel, Diascorea composita

Als ich im Januar 1959 nach einer langen Fahrt, die mich etwa 600 km durch den peruanischen Urwald führte, in Iquitos ankam, beobachtete ich, wie man grosse Bündel von Wurzeln von einem kleinen Flussdampfer auf einen 11-Tonnen-Dampfer umlud. In Lagunas, weiter oben im Quellgebiet des Amazonas, waren mir schon früher Indianer begegnet, die grosse Mengen dieser Wurzeln auf dem Rücken trugen, um sie zum Flussdampfer zu bringen, wo sie aufgeladen wurden. Natürlich interessierte ich mich lebhaft um diese Wurzel, bestand doch der Hauptgrund

meiner Urwaldreisen darin, Pflanzen und ihre Heilwirkungen kennenzulernen. Ich wurde also inne, dass gerade diese Wurzel ein ausgezeichnetes Insektizid ist. Die Amerikaner kauften sie in grossen Mengen an, um daraus ein biologisches Insektizid herzustellen. Leider sind sie jedoch von dieser Fabrikationsweise abgekommen, da sie das Mittel nunmehr synthetisch herstellen können. Auf diese Weise geht den Indianern, die in Iquitos leben, eine kleine Verdienstquelle verloren, was man mir dort eifrig erzählte. Ich erfuhr ferner von dem gleichen Berichterstatter, dass die Wurzel auch zum Fischen diene. Zu diesem Zweck zerreibt man einige Wurzeln und wirft sie ins Wasser, worauf die Fische betäubt nach oben kommen. Das erleichtert die Arbeit der Fischer, die ihre Opfer sozusagen nur so zusammenlesen können. Zwar ist die Wurzel giftig, aber via Fische hat dies keine Bedeutung. Wenn man sie äusserlich anwendet, vermag sie Milben zu töten, was besonders vorteilhaft ist im Kampfe gegen die gefährlichen Grasmilben, die bekanntlich den sogenannten kalten Tod auslösen können. Eingeriebener Barbascobrei vermag auch die Krätzemilbe zu töten. Was immer mir die Indianer über diese Barbascowurzel zu erzählen wussten, gab mir den Eindruck, die Wurzel eigne sich als biologischer Ersatz für DDT. Bestimmt wäre es sehr zu begrüssen, wenn wir dadurch ein biologisches Spritzmittel gegen tierische Schädlinge erhielten. Die Wirkung könnte ebensogut sein wie bei DDT, auch bestünde durch eine solche Anwendung zudem der Vorteil, keine unlöslichen Rückstände befürchten zu müssen, wie dies bei DDT der Fall ist. Ja, es sieht in der Hinsicht durch den Gebrauch von DDT bedenklich aus, da diese erwähnten Rückstände durch das Grundwasser in die Flüsse und Seen und von dort in das Fleisch der Fische gelangt. Da diese menschlicher Nahrung dienen, kommt es dazu, dass sich die unlösbaren Rückstände der DDT-Produkte auch im Körperfett des Menschen ablagern können.

Wertvolle Rohstoffentdeckung

Kürzlich, am 24. Dezember 1970, erschien nun in der «Weltwoche» ein Bericht, der mein Interesse gefangennahm, da er auf die Firma Syntese S. A. hinwies, die in Cuarnavaco, das in Mexiko liegt, tätig ist, und unter anderem aus der Barbascowurzel Hormone herstellt. Diese kommen viel billiger zu stehen als jene, die man früher aus Tierdrüsen gewonnen hat. Unwillkürlich erinnerte ich mich in diesem Zusammenhang meines kurzen Aufenthalts in Cuarnavaco, da ich nach Beendigung meiner Vortragsreise in Australien im Dezember 1969 dort ankam, was mir die Gelegenheit verschaffte, die Syntese S. A. zu besuchen. Leider vertrieb mich jedoch ein unliebsames Vorkommnis rasch aus dieser schönen, mexikanischen Gegend, denn kurz nach meiner Ankunft vermisste ich meine grosse Ledermappe, die allerlei wichtige Dokumente, Verträge und Reiseartikel enthielt nebst schönen Handarbeiten aus Seemuscheln, die ich als Geschenk für Frau und Tochter aus den polynesischen Inseln mitgebracht hatte. Da alle Nachforschungen erfolglos blieben, verschwand auch meine Unternehmungslust. Ich kehrte daher, ohne meine vorherigen Absichten verwirklicht zu haben, nach Mexiko-City zurück und flog im nächsten Flugzeug über New York nach Hause.

Was bestätigt doch das alte, humorvolle Lied, das man früher oft sang: «Wenn einer eine Reise tut, so kann er was erzählen!» – Aber leider sind es nicht immer nur angenehme Erlebnisse, denen wir begegnen, denn nebst ermüdender Anstrengung kann uns dann und wann auch ein unliebsames Missgeschick entmutigen, so dass wir lieber wieder nach Hause zurückkehren. Nun erfahre ich eben auf indirekte Weise von den erfolgreichen Forschungen mit der Barbascowurzel. Es ist erfreulich, dass diese Wurzel die Rohstoffe liefert, um aus ihnen sowohl männliche wie auch weibliche Hormone herstellen zu können. Der Umstand, dass die Herstellung solcher Steroid-Hormone bis

jetzt sehr schwierig war und teuer zu stehen kam, erhöht die Wertschätzung für die erwähnte tropische Wurzel, die eine viel billigere Herstellungsart ermöglicht. Aus den gleichen Grundstoffen stellt man auch die Antibabypillen her. Bekanntlich können die Indianerinnen schon längst mit Pflanzenmitteln eine Empfängnis verhüten, wenn ihnen damit besser gedient ist. Die Vermutung, dass dabei die Barbascowurzel in ihr Rezept miteingeschlossen ist, mag daher nicht abwegig sein.

Auswertungsmöglichkeiten

Es ist des weiteren auch bekannt, dass man aus der Barbascowurzel zudem noch Progesteron und aus diesem Cortison gewinnen kann. Dieses Produkt weiss die Mayo-Klinik bei arthritischen Leiden besonders warm zu empfehlen. Leider verwendet man jedoch die Cortisonpräparate wie auch die Steroid-Hormone in zu massiven Dosen, so dass sie sich für den Patienten nicht immer segensreich auswirken können, wie dies eher der Fall wäre, wenn man die Dosierung etwas vorsichtiger gestalten würde. Sicher wäre es angebracht, auch zu prüfen, inwiefern die Barbascowurzel als phytotherapeutisches Mittel zum Nutzen der Patienten gereichen könnte. Auch in homöopathischer Verdünnung wäre gewiss viel von dieser interessanten Urwaldwurzel zu erwarten. Ich möchte daher alle Therapeuten, die diesen Artikel lesen, anregen, damit Versuche vorzunehmen. Dies ist besonders in dem Sinne empfehlenswert, da noch lange nicht gesagt ist, dass die erwähnten Steroid-Hormone, weil sie aus einer Pflanze stammen, zur Anwendung beim Menschen unfehlbar harmlos und ungefährlich sein müssten. Strophantin, Digitalis, ja sogar Haschisch sind nebst vielen Antibiotika ebenfalls aus Pflanzen gewonnen, und doch kann man durch diese Mittel oft Funktionen und Zellen, ja selbst den ganzen Menschen vernichten. – Über die Nachteile der Antibabypille berichtete ich schon früher. Ein kurzer Hinweis mag indes zur Vorsicht mahnen, denn jeder Eingriff in das normale hormonelle Geschehen schliesst beim Menschen seine Risiken ein. Man muss daher körperliche und seelische Nachteile und Schäden mit einkalkulieren und in Betracht ziehen. Wenn heute amerikanische Forscher behaupten, die erwähnte Pille hätte krebserzeugende Nebenwirkungen, dann darf man die Wahrscheinlichkeit dieser Feststellung nicht unbeachtet von der Hand weisen. Es unterliegt der Forschung der nächsten Jahre, ob sich zur Geburtenkontrolle mit Medikamenten harmlosere Möglichkeiten finden lassen werden.

Immerhin sollte man den Pflanzenreichtum tropischer Zonen auch in andrer Hinsicht nicht unbeachtet lassen, könnte man dort doch noch mancherlei verborgene Schätze aus dem Pflanzenreich heben, um sie der leidenden Menschheit dienstbar zu machen. Besonders, wenn pflanzliche Mittel keine schädlichen Neben- und Nachwirkungen zur Folge haben, sollte man sich ihrer bedienen können, da sie bei entsprechender Herstellungsweise und richtiger Dosierung gerade für die belasteten Verhältnisse unserer Zeit eine grosse Hilfe sein könnten.

Indianische Ernährungsweisen längs der Traumstrasse der Welt

Auf einigen meiner grossen Reisen war ich bemüht, Sitten und Gebräuche, wie auch den Zusammenhang zwischen Ernährung, Gesundheitszustand und Lebensweise der Indianer zu studieren. Dies führte mich zu interessanten Beobachtungen, besonders, da ich dabei oftmals Gelegenheit hatte, durch Aussprachen mit Indianern, ganz besonders aber auch mit Häuptlingen, interessanten Aufschluss erhalten zu können.

Bekanntlich ernährten sich ursprünglich diese Indianer vorwiegend vom Fischfang, vom Jagen wie auch von Wildgemüsen und verschiedenen ölhaltigen Samen. Noch heute ist dies je nach den Umstän-