

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 31 (1974)  
**Heft:** 10

**Artikel:** Pflanzliche Wirkstoffe bei Embolien  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-553405>

### **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:** 06.02.2025

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

E, aber leider verdrängt die einseitige Fleisch-, Eier- und Käsenahrung den ausgiebigen Genuss solcher Salate, so dass man allgemein dadurch mengenmässig zu wenig von diesen wertvollen Frischgemüsen erhält.

### Die Schlüsselstellung von Vitamin E

Vitamin E ist nun tatsächlich jenes Vitamin, das auf die Keimdrüsen wirkt, weshalb es auch als Fortpflanzungsvitamin bekannt ist. Es ist daher nicht erstaunlich, dass ein grosser Mangel an Vitamin E Unfruchtbarkeit hervorrufen kann. Die Keimdrüsen sind gewissermassen das Leitpferd am Wagen des Lebens, da alle andern endokrinen Drüsen, bildlich gesprochen, alle andern Pferde diesem Leitpferd unterstellt sind, denn sie sind von dessen Vitalität abhängig. Das Vitamin E besitzt somit wirklich eine Schlüsselstellung im Körper, um Gesundheit, Lebenskraft und Lebensfrische zu übermitteln. In der Tat hängt manche wichtige Funktion des Körpers davon ab, dass wir täglich genügend Vitamin E erhalten. Der Kreislauf, also die richtige Durchblutung, zieht daraus entsprechenden Nutzen, die Elastizität der

Adern hängt davon ab, ebenso die gute Funktion der Leber und Bauchspeicheldrüse. Auch die Regelung des Fettansatzes wird dadurch gewährleistet, so dass sich dieser nicht ungebührlich entfalten kann. Sogar die Leistungsfähigkeit der Herzmuskulatur zieht Nutzen aus der genügenden Einnahme von Vitamin E. Zudem besteht die Vermutung, dass vielerlei Blutkrankheiten, ja sogar der Blutkrebs, einem Mangel an Vitamin E ihre Entwicklung zuschreiben müssen.

Die naheliegendste Lösung dieser Umstände wäre ganz einfach, die Ernährung auf mehr Gemüse, Rohkost und Vollgetreide umzustellen. Jener, dem dies jedoch nicht zusagt, sollte sich unbedingt vorsehen, indem er sich mit etwas mehr Vitamin E versorgt, und zwar in Form von Weizenkeimöl oder einem Nahrungsmittel, das Vitamin E enthält, weil es aus Geteidekeimen hergestellt ist. Wer sich indes lieber Vitaminpräparaten zuwenden möchte, sollte sich durch unklare Reklame nicht aufs Glatteis führen lassen, denn nur natürliche Vitamine können dem Körper ohne Nachteile und Nebenwirkungen das geben, was er bedarf.

### Pflanzliche Wirkstoffe bei Embolien

Wie mancher gesunde Mensch ist schon an einer Embolie gestorben. Dabei ist fraglich, ob ihn nicht das einfache, gewürzhafte Kräutlein, das in lateinischer Sprache *Cerefolium* heisst, hätte am Leben erhalten können.

Es ist bei uns als Kerbelkraut bekannt und besitzt die interessante Eigenschaft, das Blut zu verdünnen. Seit der Zeit ihrer Ahnen verwenden im Kanton Bern die Bauern gegen dickes Blut diese Pflanze, dort bekannt als «Chörblichrut». Es dient vor allem älteren Leuten, die dickes Blut haben, in Form von «Chörblichrutwasser» als bewährtes Mittel, um das Blut zu verdünnen, wodurch sich der Kreislauf verbessern kann. Wer glaubt, seine Krampfadern unbedingt operieren lassen zu müssen, sollte zwei bis drei Monate zuvor täg-

lich frisches Kerbelkraut in den Salat oder die Suppe schneiden. Statt dessen kann man auch dreimal täglich 20 Tropfen *Cerefolium*tropfen einnehmen. Man sollte allerdings auch nach der Operation noch ungefähr vier bis sechs Wochen mit der Einnahme weiterfahren, weil dies vor grossen Schwierigkeiten, ja womöglich sogar vor dem tödlichen Verlauf einer Embolie bewahren kann. Zur Sicherheit sollte man zusätzlich vor und nach der Operation auch *Echinaforce* einnehmen, und zwar 2- bis 3mal täglich 20 Tropfen. Dies kann entzündliche Nebenwirkungen und unangenehme Infektionen verhindern. Zur Beschleunigung der Heilung nach erfolgter Operation dient des weiteren auch noch die Einnahme von *Galeopsis*, da sich dieses natürliche Kieselsäurepräparat in sol-

chen Fällen stets ausgezeichnet bewährte. Das Kerbelkraut wirkt wie ein Antikoagulans-Mittel, was auch auf Ysop in ähnlicher Weise zutrifft.

### Ursachen der Embolien

Embolien entstehen, wenn sich Gerinnsel im Blute bilden, die vom Kreislauf mitgerissen werden und im Herzen oder in der Lunge hängen bleiben. Man spricht daher von Herz- oder Lungenembolien. Da bei der Gerinnselbildung in der Regel auch noch Bakterien beteiligt sind, können diese Entzündungen und Schmerzen auslösen, weshalb die Einnahme des entzündungswidrigen Echinaceas zu empfehlen ist, was übrigens für alle Entzündungen gilt, die als Folge von Bakterien- oder Vireninfektionen auftreten. Weist der bestehende Zustand darauf hin, dass man eine Embolie voraussetzen kann, dann ist es angebracht, auch noch Pflanzen einzusetzen, die antibiotisch wirken können, wie Meerrettich,

Kapuzinerkresse nebst anderen Kressearten. Auch Flechten und Moose sind angebracht, weil sie die Usneasäure als antibiotisch wirkenden Stoff enthalten.

Auf meinen Reisen in ferne Länder kam mir die Erkenntnis über pflanzliche Wirkstoffe jeweils sehr zugute, ja in einigen Fällen hat mich dies sogar vor dem Tode bewahrt. Wir können wirklich manches Unheil vermeiden, wenn wir es verstehen, im richtigen Augenblick dem Körper mit pflanzlichen Wirkstoffen beizustehen. Es ist mir daran gelegen, dass auch andere dies begreifen, da ich in kurzer Zeit zwei liebe Bekannte durch den Tod verlieren musste, weil sie die Gefahren der Embolien nicht kannten und deshalb auch nicht vorbeugen konnten. Obwohl sie über eine gesunde, sportlich trainierte Natur verfügten, konnte die Embolie dennoch ihrem Leben ein Ende bereiten, was doch der Einsatz entsprechender Naturmittel hätte verhindern können.

### Gefahren für 60jährige

Männer, die das Alter von 60 Jahren erreicht haben oder bereits darüber stehen, sollten sich gut beobachten, denn in diesem Alter können sich Absenzen einstellen. Mögen diese auch nur klein sein, können sie doch tragische Folgen in sich bergen, wenn sie z. B. am Steuer geschehen. Es kann dies den Tod des Fahrers und sogar jenen seiner Begleiter mit sich bringen. Wenn ich diese Angelegenheit zur Sprache bringe, beruht dies auf einer schmerzlichen Erfahrung für mich, verunglückte doch einer meiner Bekannten mit seiner Frau tödlich, und zwar ohne Zusammenstoß mit einem anderen Wagen. Oftmals zuvor hatte ich diesen Mann beraten, wusste also über seinen Gesundheitszustand genau Bescheid. Seine Adern hatten nicht mehr die gewünschte Elastizität. Nach meiner Erfahrung beurteilt, mochte dies zu reichlicher und einseitiger Ernährung zuzuschreiben sein, war er doch ein sogenannt guter Futterverwerter, wie dies heute so oft der Fall ist. Der Zustand wur-

de zudem noch durch einen Unfall wesentlich verschlechtert. Hie und da meldeten sich kleine Absenzen, die zu Hause jeweils harmlos verliefen, jedoch am Steuer gefährlich werden konnten. Es ist daher unweise, wenn solche Menschen es wagen, längere Autoreisen vorzunehmen. Wieviel besser wäre es, sich dessen bewusst zu sein und die weniger riskante Fahrt per Bahn vorzunehmen. Autoreisen können sehr anstrengend sein und grosse Ermüdungen zur Folge haben, wodurch die Absenzen verlängert werden, so dass sie einige Sekunden dauern, lang genug, um den Wagen über die Böschung fahren zu lassen. Steht ein Baum, eine Telephonstange oder sonst irgendein Pfeiler in der Schusslinie, dann kann der Anprall den Wagen mit seinen Insassen zertrümmern. Diesen Umständen sollten ältere Menschen Rechnung tragen, wenn sie an sich schon die erwähnten Absenzen beobachtet haben. In dem Falle müssen sie sich vor längeren Autofahrten unbedingt streng hü-