

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 37 (1980)  
**Heft:** 2

**Artikel:** Unser Herz, ein Wunderwerk göttlicher Technik  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-551571>

### **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:** 02.02.2025

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

## Unser Herz, ein Wunderwerk göttlicher Technik

In der Regel nehmen wir alles, was uns auf den Lebensweg mitgegeben worden ist, selbst wenn es sich dabei um ein Wunder handeln mag, als ganz selbstverständlich hin. Wir sind heute sogar bald ganz allgemein auf einer sehr undankbaren Einstellung gelandet, gefällt es uns doch immer mehr, den Zufall statt den Schöpfer aller Wunderwerke als ihren Urheber anzuerkennen und dementsprechend zu bewundern. Zwar können auch wir uns durch die Errungenschaften der Neuzeit infolge der Anwendung göttlicher Naturgesetze an gewissen Wundern, die uns früher verschlossen waren, mitbeteiligen, aber wir haben die Grundlage dazu nicht selbst ersonnen und erschaffen. Eine völlig verkehrte Einstellung lässt uns dies übersehen, und aus dem gleichen Grund übersehen wir auch die Wunder, die unser Körper in sich birgt, um überhaupt leben zu können.

Kann irgendein vernünftiger Mensch abstreiten, dass unser Herz ein Wunder ist? Solange wir leben, schlägt und schlägt es immerzu. Obwohl wir unsere Lebensjahre erst vom Tag der Geburt an zu zählen beginnen, schlug es schon zuvor. Aus diesem Grund beginnt das Dasein des Japaners zu zählen, wenn sich die Keimzelle mit der Eizelle vereinigt, um ein neues Leben zu bewirken. Würde uns dieses unfassbare Geschehen als eines der grössten Wunder erscheinen, dann könnten wir uns wohl kaum gegen die damit verbundenen Gesetzmässigkeiten vergehen. Ja, behalten wir diese Ehrfurcht vor der Grösse der uns täglich geoffenbarten Schöpferwerke vor Augen, damit wir sie besser schätzen und verstehen lernen. Tatsächlich beginnt jeder von uns sein Dasein durch die Vereinigung der Keimzelle mit der Eizelle. Gewissermassen spielt dabei die Keimzelle die Rolle des Prinzen, der sich die Eizelle als Dornröschen erobert. Wenn also dann schon unser Leben beginnt, ist es gar nicht so unangebracht, wenn der Japaner auch diese noch unbe-

wussten Lebenstage den Jahren seines gesamten Lebens hinzuzählt.

### Programmgemässer Verlauf

Das angekurbelte neue Leben geht programmgemäss seinen Lauf, ohne dass wir uns bewusst dazu einschalten müssten. Auch dieses Wunder kann unmöglich dem Zufall zugeschrieben werden. Ueberliessen wir es dem Zufall, nie würde sich jene geheimnisvolle Pumpe entwickeln können, und zwar schon im Mutterleib, um zu wachsen und uns das ganze Leben hindurch als unentbehrliche Kraftquelle zu begleiten. Viele Wochen vergehen, bis der erste Schrei des Lebens anzeigt, dass ein neuer Erdenbürger sein bewusstes Dasein angetreten hat. Erst von da an zählen wir seine Lebenstage, obwohl sein Herz schon im Mutterleibe schlug und deshalb im Grunde genommen älter ist als er selbst. In der Eile, die sich unser Leben angeeignet hat, überlegen wir uns dies zwar kaum. Aber abstreiten lässt es sich nicht, besitzen wir doch heute Apparate, mit deren Hilfe wir den Herzrhythmus des ungeborenen Kindes schon im Mutterleibe abhören und kontrollieren können. Durch vernünftiges, naturgemässes Leben bewahren wir das biologische Gleichgewicht, was der Wirksamkeit des Herzens zugute kommt. Tag und Nacht ist dieses unermüdliche Organ tätig, um uns ständig am Leben zu erhalten. Würde es zu schlagen aufhören, dann wäre es auch mit unserem Leben vorbei. Aber einmal in Tätigkeit versetzt, versagt diese fleisige Pumpe nicht so rasch. Ihre Lebensbedingungen liegen in der Gesetzmässigkeit der körperlichen Forderungen verankert. Gewiss ist, dass keine andere Pumpe der Welt so unermüdlich ausdauernd ist wie unser Herz. Alles, was unser Herz benötigt, tritt vollautomatisch in Erscheinung, insofern wir nicht störend eingreifen, was zum späteren Problem mangelhafter Herzfähigkeit führen kann.

### Hilfreiche Herzmittel

Es ist daher vorteilhaft zu wissen, dass wir über viele Mittel verfügen, vor allem pflanzlicher Art, die unser Herz, falls es zu schnell schlägt, beruhigen. Auf mancherlei Art besitzen wir die Möglichkeit, um die Funktionen unseres Herzens zu regulieren. Bekannt als wunderbares Herzmittel ist Digitalis. Aehnlich wirkt auch Maiglöckchen mit seinem lateinischen Namen *Convallaria*, das allerdings gegenüber Digitalis mit einem besonderen Vorteil ausgestattet ist, denn es kompensiert sich nicht, was bedeutet, dass es nach seiner Wirksamkeit wieder verschwindet, während Digitalis bei regelmässigem Gebrauch sich mit der Zeit im Herzen festsetzt, um sich nach Jahren unter Umständen mit nachteiligen Auswirkungen zu äussern. Erfahrungsgemäss zeigte die Praxis, dass dies bei *Convallaria* nicht der Fall ist, weshalb viele Herzspezialisten diesem Pflanzenmittel zur Anregung des Herzens den Vorzug geben. Allerdings sind diese beiden Präparate nur dem Fachmann zugewiesen, trägt er doch die Verantwortung für die richtige Dosierung zur Anregung der notwendigen Herzfunktion.

Ein weiteres, erfolgreiches Herzmittel finden wir in *Strophanthus*, einer Urwaldpflanze. Sie wird von den Indianern im Amazonasgebiet sehr oft gebraucht. Auch uns ist sie dienlich, denn wenn ein Herzinfarkt im Anzug ist, dann kann eine Einspritzung von Strophanthin dem Erkrankten das Leben erhalten. Dies ist möglich, weil das Mittel die linke Herzkammer, die am Zusammenklappen ist, wieder regeneriert und aktiv gestaltet. Die Einspritzung wirkt stärker als die blosse Einnahme des Mittels. Immerhin kann man zur Vorsorge ein *Strophanthus*präparat immer greifbar in der Tasche haben, weil man dadurch bei drohendem Herzinfarkt rasche Hilfe erlangen kann.

Wenn unser Herz störungsfrei arbeitet, vergisst man leicht, dass man sich gleichwohl darum kümmern sollte. Das ist ein Vorteil, der sich geltend macht, wenn sich Störungen zu melden beginnen. In dem

Falle sollte man wissen, dass nun Schonung oder gar entsprechende Unterstützung am Platze ist. Wenn bei massgebenden Persönlichkeiten heute auch die früher sehr geschätzte Empirik in Ungnade gefallen ist, hat sich doch durch sie manch gutes Herzmittel herauskristallisieren lassen. Die Indianer kennen verschiedene hilfreiche Kaktusarten, die sie in Zentral- und Südamerika als Herzmittel gebrauchen. Zerquetscht man diese, um sie mit dem Saft der Agaven vergären zu lassen, dann entsteht dadurch ein wunderbarer Herzweine, den besonders die Nachkommen der Azteken, der Tolteken und teils auch der Mayaindianer sehr zu schätzen wissen. Der Kaktus *grandiflorus* erweist sich als einer der besten Kakteenarten. Auch wir gebrauchen ihn daher. Er kommt überall in den Subtropen vor und gedeiht bei uns sogar als Zierpflanze in unseren Stuben. Wir müssen aber nicht einmal bis zu den Indianern reisen, um die Grundlage eines weiteren, wunderbaren Herzweines kennenzulernen, denn die alten Helvetier benützten die roten Beeren der Stechpalme, indem sie diese mit einem süssen Fruchtsaft vergären liessen. Dieser Wein stärkt besonders die Herzmuskulatur, was die Leistungsfähigkeit der nimmermüden Pumpe unseres Herzen vorteilhaft vergrössert.

### Weissdorn, *Crataegus oxyacantha*

Auch der Weissdorn gehört zu den besten pflanzlichen Herzmitteln. Er stärkt vor allem die Herzmuskeln. Obwohl auch die Blüten zur Anwendung gelangen, sind es doch vor allem die roten Beeren, die sich als wirksam erweisen. Man war früher, besonders im Mittelalter, der Ansicht, dass rote Beeren und auch rote Wurzeln, wie die Blutwurz, in irgendeiner Beziehung zum Blut stehen würden. Bei der Blutwurz mag dies offensichtlich der Fall sein, fällt es dieser doch leicht, das Blut zu verdicken, so dass es bei Blutungen gestillt werden kann. Zu erwähnen wären noch andere rote Beeren, die sich für das Blut, die Gefässe und das Herz günstig auswirken. Wenn man im Spätsommer

und gegen den Herbst hin an Weissdornsträuchern vorbeikommt, dann sollte man sich während der Wanderung ihrer schönen, roten Beeren bedienen. Kaut man diese nämlich gut, dann wird sich der Speichel mit ihrem Saft vermengen, was eine vorzügliche Wirkung auszulösen vermag, denn man kann rasch feststellen, dass man beim Wandern dadurch weniger ermüdet und besser steigen kann. Das ist ein Hinweis darauf, dass Crataegus eigentlich jedem guten Herzwein beigegeben werden sollte, besonders, wenn man dadurch die Stärkung der Herzmuskulatur bezweckt und zudem die Leistungsfähigkeit zu erhöhen sucht. Bei regelmässiger Einnahme von Crataegus einige Wochen oder sogar Monate hindurch können leichte Uebermüdigungserscheinungen und sogar schmerzhaft Herzstörungen zum Verschwinden gebracht werden. Besonders in der heute so hastigen Zeit ist es angebracht, sich dann und wann ein gutes Herztonikum wie Cardiaforce zu gestatten.

#### **Was lässt sich von Crataegisan erwarten?**

Man kann die günstige Wirkung von Crataegus allerdings noch wesentlich unterstützen, wenn man sich das bewährte Komplexmittel Crataegisan verschafft. Dies lohnt sich besonders dann, wenn man es darauf abgesehen hat, die Leistungsfähigkeit der Herzmuskeln wie auch der Herznerven zu vergrössern. Dass dies durch Crataegisan leicht möglich ist, geht

aus dem Umstand hervor, dass dieses Komplexmittel nebst Crataegus eben noch andere pflanzliche Mittel mit günstiger Wirkung auf das Herz enthält. Der Extrakt von Kaktus grandiflorus hilft bekanntlich gut bei Atemnot, wie sie sich bei Angina pectoris äussern kann. Die Wirkung von Valeriana ist für die Herznerven günstig. Ilex, die Stechpalme mit ihren roten Beeren, kann sich infolge ihres hohen Magnesiumgehaltes bei Neigung zu Herzinfarkt in vorbeugendem Sinne als günstig erweisen. Nervöses Herzklopfen, wenn es öfters auftritt, lässt sich durch die Zitronenmelisse, die aus Kleinasien stammt, günstig beeinflussen. Da Avena sativa das gesamte Nervensystem stärkt, begünstigt es auch die Herznerven, vor allem nach körperlicher Überanstrengung. Alle soeben erwähnten Pflanzen, die auf irgendeine Weise günstig auf das Herz einwirken, bilden als Komplex eine wohlgeglückte Kombination, die Crataegisan zu einem unentbehrlichen Herzmittel werden lässt. Es sollte daher nie in unserer Hausapotheke fehlen. Die gesteigerte Reiselust unserer Tage fordert ebenfalls angemessene Fürsorge, so dass Crataegisan auch in jeder Reisetasche vorrätig sein sollte.

Bewahren wir daher unser Herz als Kostbarkeit des Lebens. Dass dies auch in geistiger Hinsicht gilt, erklärt ein weiser Spruch des Altertums, wenn er sagt: «Mehr als alles sonst, was zu behüten ist, behüte dein Herz, denn aus ihm sind die Quellen des Lebens.»

### **Schädigungen durch Lärm**

Seit sich die Technik der Neuzeit aufgeschwungen hat, ist es mit der Ruhe früherer Tage fast ausnahmslos vorbei. Wir leben im Zeitalter der Umwälzung durch wuchtige Maschinen. Der zuvor ruhige Erdboden erlebt Gewalttat und Unrast, um des Menschen Unternehmungsgeist und Baulust befriedigen zu können. Die singenden Töne der Sense ersetzen hässlich ratternde, schrille und rumpelnde Geräusche, und das Erntelied des Dankes

ist darob verhallt. Lärm ist anmassend und fordert nur. Er vertreibt die Gemütlichkeit als Segen freudiger Arbeit. Er zermürbt die Nerven und verschlingt die Kräfte. Er hinterlässt keine Genugtuung, wie es einst die Anstrengung nach vollendeter Mühewaltung mit sich brachte. Er betreibt ständigen Raubbau, aber statt dass ihm die Menge dieserhalb zürnen würde, hat sie sich dermassen an den Lärm gewöhnt, dass sie ihn auch in die