

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Diätetisches Koch-Buch

Wiel, Josef

Freiburg, 1873

34. Capitel. Die hausgemachten Heiltränke.

urn:nbn:de:bsz:31-56696

schmeckt es meistens so fade, dass es sich als Trinkwasser kaum eignet. Das Flusswasser ist selten rein; es nimmt auf seiner Wanderschaft allerlei auf (ertränkte Katzen, Charpie, den Abgang aus Schlächtereien und andere Feinheiten mehr). Nur jene Flüsse, welche starken Fall und ein sandiges Bett haben und nicht in der Nähe menschlicher Wohnungen fließen, haben ein ziemlich reines Wasser.

Regenwasser ist das reinste von allen Wässern, welche in der Natur vorkommen, und so weich, dass es zum Kochen und Waschen ganz besonders gesucht wird. Das Regenwasser, welches zum Kochen gebraucht wird, muss aber auf eine besondere Art aufgefangen werden. Von den Dachrinnen läuft ein Wasser ab, welches allerlei schädliche Stoffe enthalten kann, z. B. Bleizucker (von Bleiröhren), allerlei Dachkehricht u. dgl. Am besten eignet sich ein unter freiem Himmel (etwa in einem Garten) stehendes Holzgefäss.

Meerwasser ist bekanntlich nicht trinkbar; es hat einen zu grossen Gehalt an Salzen (Kochsalz, Glaubersalz und Bittersalz). Leute, welche davon trinken, bekommen Magen- und Darmcatarrh. Erst wenn ihm durch Destillation der Salzgehalt grösstentheils entzogen ist, eignet es sich als Trinkwasser. Auch das Eis vom Meerwasser enthält keine Salze mehr.

34. Capitel.

Die hausgemachten Heiltränke.

Wer das Nachfolgende liest, wird bald merken, dass es sich hier nicht um eine Erweiterung des volksthümlichen Heiltrödels handelt; ganz andere Anschauungen schwebten vor Augen. Bekanntlich werden die Hausthee sehr häufig von den Aerzten selbst verordnet; in der Regel geschieht dies ohne besondere Anweisung über die Zubereitung der Thee, und so kommt es vor, dass manchmal Gebräue geliefert werden, welche gerade das Gegentheil von Dem sind, was sie heissen. Unter solchen Umständen dürfte es einem Kochbuche, welches die Krankenküche mit Vorliebe behandelt, gut anstehen, wenn es Auskunft ertheilt über die Zubereitung wenigstens der gebräuchlichsten Hausthee. Wenn dann noch gelegentlich da und dort Etwas über die Heilkraft der einzelnen Heilkräuter eingeflochten wird, so kann dies nur dazu beitragen, das an und für sich ziemlich trockene Capitel — saftiger zu machen.

Die Heiltränke werden auf 3 Arten zubereitet: a) durch Abbrühen; b) durch Abkochen; c) durch Maceriren.

Für den Aufguss eignen sich alle jene Stoffe, welche ein flüchtiges Aroma haben, d. h. riechen. Gewöhnlich sind es zarte Pflanzentheile, z. B. Blüten, junge Blätter u. dgl. Der Aufguss wird auf folgende Art gemacht: In einem mit gutem Deckel versehenen irdenen Gefässe werden die Pflanzentheile mit der nöthigen Menge kochendem Wasser übergossen und eine Viertelstunde lang unter gutem Verschlusse stehen gelassen. Hierauf wird das Gefäss zum Erkalten bei Seite gestellt und schliesslich durch ein Tuch geseiht.

Für die Abkochung eignen sich hauptsächlich jene Stoffe, welche keine flüchtigen Bestandtheile enthalten, denn diese würden beim Kochen davon gehen. Im Allgemeinen sind es gröbere Pflanzentheile, z. B. Rinden, Wurzeln, Hölzer, welche gekocht werden müssen. Das Verfahren ist folgendes: Die betreffenden Stoffe kommen in kaltes Wasser, dann wird erwärmt, in der Regel eine halbe Stunde lang unter fleissigem Umrühren gekocht und schliesslich noch warm durch ein Tuch geseiht.

Einige Stoffe eignen sich weder für das Abbrühen noch für das Abkochen; diese werden einfach mit kaltem Wasser ausgezogen, macerirt.

Nicht bei allen Kräutern, welche in Nachfolgendem zusammengestellt wurden, ist eine besondere Dosis angegeben; die Erfahrung hat für die meisten ein Durchschnittsquantum normirt. Dieses beträgt ungefähr 50 Grm. auf $\frac{1}{2}$ Liter Wasser pro 1 Tag. Uebrigens wird ein denkender Kranker schliesslich Alles darnach bemessen, wie ihm der Haustrank bekömmert und denselben nach Bedarf stärker oder schwächer machen; immerhin dürfte es gut sein, stets mit den kleinsten Gaben zu beginnen und nur nach Bedarf zu steigen.

In Nachfolgendem sind, mit wenig Ausnahmen, nur einheimische Heilkräuter genannt; nur diese werden vorzugsweise zu Haustränken verwendet, die ausländischen kommen mehr in die Mixturen. Wenn hiebei jene einheimischen Heilkräuter gar keine Erwähnung fanden, welche zu den Giftpflanzen gehören, so wird dies leicht zu verantworten sein; laienmässige Experimente mit solchen Dingen könnten nur Unheil stiften!

In vielen Häusern sammelt man die Lieblingskräuter selbst und behält sie an einem beliebigen Orte eine beliebig lange Zeit auf. Man trifft desshalb oft eine Waare, die auch gar alle Fehler hat: altes vermodertes Zeug, das allen Geruch verloren, mit Staub verunreinigt und von Würmern zerfressen ist. Da ausserdem der landläufige Grad botanischer Einsicht viel-

fach unter dem Nullpunkte steht, so sind Verwechslungen an der Tagesordnung und zwar oft sogar mit Giftpflanzen. Unter solchen Umständen dürfte es rathsam sein, von der hausmütterlich dirigirten Heilkräutersammlung abzustehen und im vorkommenden Falle die ärztlich verordneten Kräuter aus der Apotheke zu beziehen.

I. Erregende Heiltränke.

Die erregende Heilwirkung rührt von den ätherischen Oelen her, welche diese Heilkräuter enthalten. Bei weitem die meisten der hierher gehörigen Stoffe werden häufiger als Gewürz denn als Heilmittel gebraucht und sind deshalb schon im 29. Capitel aufgezählt worden. Es erübrigt nur noch folgende zu erwähnen:

Kamillenblüthen. Der Kamillenthee (Aufguss) wird getrunken bei allen Arten von Schmerzen und Krämpfen im Unterleib, namentlich vom Frauengeschlechte. Man merke sich wohl, dass grosse Mengen leicht übel machen und zum Brechen reizen. Fast noch häufiger wird das Mittel äusserlich gebraucht als Gurgelwasser, als warme Umschläge auf schmerzhaftes Geschwülste, zu Einspritzungen und Clystieren. Auch die trockenen Kräuter werden häufig in der Form von Kräutersäckchen zum Ueberwärmen namentlich bei rheumatischen Schmerzen gebraucht. Endlich werden Kamillen nicht selten localen und allgemeinen krampf- und schmerzstillenden Bädern zugesetzt.

Baldrianwurzel. Der Aufguss wird insbesondere bei hysterischen Anfällen viel gebraucht, sonst wohl auch bei Magenkrämpfen, bei den bekannten epilepsieartigen Krämpfen der Kinder, welche Würmer haben, und selbst bei Lähmungen. — Häufig wird darin gefehlt, dass man den Aufguss mit kochendem Wasser ansetzt, da hiebei das wirksame Princip davon geht; zweckmässiger ist der kalte Ansatz. Rathsam bleibt immer, mit einer kleinen Dosis (5 Grm. auf 200 Grm. Wasser) zu beginnen und auch diese nicht auf einmal zu schlucken, sondern stündlich einen Esslöffel voll!

Wohlverleiblüthen. Der Aufguss wird bisweilen als Mittel gegen Lähmungen nach Hirn- und Rückenmarksschlägen, dann gegen die Fallsucht! (daher der Beiname „Fallkraut“) gebraucht. Für die volksthümliche Verwendung sind die Umschläge mehr zu empfehlen, als der innerliche Gebrauch, und zwar nicht nur in genannten Krankheiten, sondern namentlich auch bei Quetschungen und Verstauchungen.

Pfeffermünzblätter. Der Aufguss wird ungemein häufig gebraucht gegen Magenkrämpfe, als Mittel gegen „versessene Winde“ sowie bei Menstruationsbeschwerden

Krausemünzblätter. Wie die vorigen gebraucht, haben aber einen weniger angenehmen Geruch.

Melissenblätter. Wie die Münzen gebraucht. In der Regel werden noch ebensoviel Pomeranzenblätter dazu genommen.

Sadebaumspitzen. Die Abkochung macht Magenkrämpfe, Erbrechen, Diarrhoe, Blutharnen und Blasenkrampf. Dieses Mittel wird volksthümlich am häufigsten als Abtreibmittel benützt und hat schon grässlich viel Unheil angerichtet, ohne das gewünschte verbrecherische Ziel erreichen zu lassen.

II. Beruhigende Heiltränke.

Eine beruhigende Heilkraft haben erstens gewisse Samen, welche durch Zerreiben und unter Zusatz von Wasser milchartige Flüssigkeiten abgeben, z. B. Mandeln, Leinsamen etc.; ferner die fetten Oele und drittens viele schleim- und gummiartige Pflanzentheile. Diese Stoffe bilden für kranke Stellen des Körpers eine Art Decke, welche die Nerven vor reizenden Secreten u. dgl. schützt; daher die Benennung „einhüllende Mittel.“ Ausserdem machen sie jene Theile, welche durch den Entzündungsprocess geschwollen, hart und schmerzhaft sind, weicher und lindern dadurch die Schmerzen. Daher der weitere Name: „erweichende Mittel.“ Fragliche Wirkung ist in jenen Fällen leicht zu erklären, wo das Mittel direct auf die kranke Fläche applicirt werden kann, also auf der äusseren Haut und im Verdauungskanal. Wie aber diese Heilwirkung bei Lungenleiden und bei den Krankheiten der Harnorgane vor sich geht, ist bis jetzt noch nicht erklärt. Dass diese Stoffe als solche in den Kreislauf übergehen und bei dieser Gelegenheit an die kranke Stelle kommen, ist zwar behauptet, aber nicht bewiesen worden. Immerhin wird man unter besagten Umständen daran denken, auch in letzteren Krankheiten, wo immer möglich, den Arzneistoff direct auf die kranke Stelle zu bringen. Es müssen und werden deshalb die Inhalationscuren immer mehr in Aufnahme kommen und bei den Leiden der Harnorgane wird man mehr mit Einspritzungen operiren als mit der innerlichen Darreichung dieser Arzneien.

Ein grosser Theil der hierher gehörigen Mittel, die schleimigen Mehlstoffe, sind schon im 21. Capitel erwähnt und die Oelfrüchte (Mandeln, Mohnsamen, Leinsamen, Hanfkörner) stehen im 27. Capitel. Ausserdem gehören noch in diese Classe von Heilmitteln:

Bärlappsaamen — mitunter als Volksmittel bei schmerzhaften Harnlassen sowohl als auch bei Catarrhen der Athmungswege und des Verdauungskanal gebraucht. (Wichtiger ist das

Lycopodium als Streupulver beim Frattsein, bei nässenden Stellen, die sich berühren, hauptsächlich beim s. g. Wolf).

Eibischwurzel. Der Eibischthee ist eines der ältesten Volksmittel bei Catarrhen der Athmungswege. Für den innerlichen Gebrauch eignet sich der kalte Auszug besser als die Abkochung, da diese wegen ausgezogener Stärke ziemlich dick wird. 10—20 Grm. werden mit $\frac{1}{4}$ Liter kaltem Wasser etwa eine halbe Stunde lang ausgezogen. Aeusserlich wird sowohl dieser Auszug als die Abkochung häufig benützt als Mund- und Gurgelwasser, Einspritzung und Clystier.

Eibischblätter. Aufguss und Abkochung wie die vorigen gebraucht.

Brustthee, Species pectorales (Eibisch-, Süssholz-, Veilchen-Wurzel, Huflattichblätter, Wollblumen und Sternanis geben die gebräuchlichste Mischung der Art). Mehr als Linderung des Hustenreizes und Förderung des Auswurfes darf man von den verschiedenen mit dem Namen „Brustthee“ belegten Heiltränken nicht erwarten. Für diesen Zweck sind sie aber vortreffliche Hausmittel. Die geeignete Zeit für ihre Anwendung ist in der Regel der Morgen. Nachts über hat sich der Schleim angehäuft und soll nun herausbefördert werden. Daher der Husten. Eine Tasse Brustthee löst vortrefflich. Bei diesem Thee ist ein Zusatz von Zucker am Platze.

III. Zusammenziehende Heiltränke.

Diese Mittel ziehen die contractilen Gewebe, welche erschlaffen wollen, zusammen und vermindern die übermässige Secretion der Schleimhäute, indem sie das in den Secreten enthaltene Eiweiss erstarren machen.

Hierher gehören:

Eichenrinde. Die Abkochung sollte nicht mehr innerlich gebraucht werden, da sie den Magen ungemein belästigt. Aeusserlich dagegen ist sie ein kräftiges Adstringens namentlich als Mund- und Gurgelwasser, als Einspritzung beim weissen Fluss, als Verbandwasser bei schlaffen, leicht blutenden Geschwüren.

Bärentraubenblätter. Die Abkochung wird mitunter bei Catarrhen und Blutungen der Harnorgane gebraucht.

Salbeiblätter — sind schon unter den einheimischen Gewürzkräutern Seite 182 erwähnt.

Ausserdem enthalten noch viele Nahrungsmittel aus dem Pflanzenreiche als Haupt- oder Nebenbestandtheil Tannin und gehören also auch zu den adstringirenden Heilmitteln. Musst eben hierüber das 18., 19., 20., 25., 26. und 27. Capitel nachschlagen!

IV. Bittere Heiltränke.

Die meisten Bitterstoffe sind vielfach gebrauchte Hausmittel bei Leiden des Magens und Darmkanals. In kleinen Gaben und längere Zeit gereicht, erregen sie die Organe, machen Appetit, vermehren die Absonderung des Speichels und der übrigen Verdauungssäfte, hemmen die Bildung von Zersetzungsproducten, welche die Schleimhaut schädigen könnten, hemmen also hauptsächlich die Uebersäuerung des Magens und die Bildung und Anhäufung verschiedener zweckwidriger Gase. Werden die Bitterstoffe jemals in einer zu grossen Dosis genommen, so verursachen sie Krämpfe, Erbrechen und Diarrhoe.

Die meisten der hierher gehörenden Heilmittel fanden bereits bei den Gewürzen, einige auch bei den Gemüsen ihre Stelle; es restiren nur noch:

Enzianwurzel. Sowohl der Aufguss als auch die Abkochung sind gebräuchliche Magenmittel. Die Tagesportion soll nicht über 10 Grm. betragen. Da die frische Wurzel narkotisch ist und leicht Uebelkeit und Erbrechen verursacht, so wird nur die getrocknete heilkundig gebraucht. Die meisten der marktschreierisch in Umlauf gesetzten s. g. „Magenbitter“ enthalten Enzian als Hauptbestandtheil.

Wermuthkraut. Eines der volksthümlichsten Magenmittel. Besonderes Ansehen hat der Wermuthschnaps, von welchem man ein Gläschen, mit Wasser verdünnt, als Appetitreizer kurz vor der Mahlzeit zu trinken pflegt. Nachtheilig! Siehe Seite 194. Fast alle s. g. „Magenbitter“ enthalten Wermuth. Am reellsten und jedenfalls viel billiger ist die in jeder Apotheke zu habende Wermuthtinctur. Viele Geheimmittel sind nichts Anderes als Verdünnungen derselben.

Wallnussblätter. Die Abkochung (Grm. 10 bis 15 auf $\frac{1}{4}$ Liter) wird sehr häufig von Skrophelkranken gebraucht. Aeusserlich dient sie zu Einspritzungen gegen Schleimflüsse und Fistelgeschwüre sowie als Zusatz zu Bädern.

Grüne Wallnusschalen. Die Abkochung ist ein vielfach gebrauchtes Volksmittel gegen „schwache Verdauung,“ Würmer, Skropheln. Aeusserlich wird sie angewandt zu Umschlägen bei schlaffen, unreinen, namentlich skrophulösen Geschwüren. (Der weingeistige Auszug wird benützt, um grau werdende Haare wieder schwarz zu färben. Jüdische Rosshändler machen hiervon häufig Gebrauch.)

V. Abführtränke.

Es wird wohl nicht nöthig sein, eine Definition von einem Abführtrank zu geben; wer das nicht weiss, ist überhaupt keines Abführmittels würdig.

Von den vielen „gelinde eröffnenden“ oder „stärker abführenden“ Haustränken sind allenfalls folgende von besonderem Werthe:

St. Germain-Thee (Sennablätter, Hollunderblüthen, Fenchel, Anis und gereinigter Weinstein) 1 Theelöffel voll mit 1 Tasse Wasser abgebrüht.

Sennesblätter kommen zwar nicht von einer einheimischen Heilpflanze, sind aber überall so eingebürgert und so volksthümlich als Abführmittel gebraucht, dass sie hier wohl genannt zu werden verdienen. Gewöhnlich wird ein Aufguss (5—15 Grm. auf 200 Grm. Wasser) gebraucht; stündlich 1 Esslöffel voll bis zur Wirkung.

Die vielen säuerlichen Früchte, welche mitunter auch zu Abführ- oder blutreinigenden Heiltränken verwendet werden, fanden bereits im 27. Capitel Erwähnung; ebenso stecken manche derartige Mittel unter den Gemüsepflanzen im 25. Capitel.

Auch die Molken (Seite 21) gehören zu den eröffnenden Mitteln — von zweifelhaftem Erfolg!

VI. Harntreibende Heiltränke.

Wenn der Ernährungsprocess darniederliegt, fehlt es auch an der Harnausscheidung. Deshalb sind alle Mittel, welche die Verdauung verbessern, so z. B. die bitteren Magenkräuter, quasi auch harntreibende Mittel. In vielen Wassersuchten haben diese Mittel, im Vereine mit China und Eisen, namentlich aber im Vereine mit einem leicht verdaulichen, kräftigen Essen, mehr genützt, als jene Heilmittel, denen man eine Wirkung auf die Harnorgane, also eine rein diuretische Kraft zuschreibt. Wenn diese Mittel — und es geschieht dies nicht so selten — bei Entzündungen oder bei unheilbaren Entartungen (Krebs, Tuberkeln) im Bereiche der Harnorgane, oder bei Harnsteinen gebraucht werden, können sie ungeheuren Rumor und Schaden verursachen. Nur bei den reinen Lähmungen der Harnblase mögen damit Versuche gemacht werden. — Von den vielen, ehemals im Arzneischatze aufgeführten dessfalsigen Mitteln finden heut zu Tage nur noch wenige volksthümliche Anwendung:

Wachholderbeeren, Petersiliensamen, spanische Pfeffer. Da diese Stoffe als Küchengewürz wichtiger sind, so wurden sie bereits im 29. Capitel erwähnt. Ausserdem gibt namentlich der **Holzthee** (Franzosenholz, Sassafrasholz, Hauhechel- und Klettenwurzel mit einem Zusatz von Süssholzwurzel, damit das Gebräu besser schmeckt!) ein viel gebrauchter „harntreibender“ und zugleich „blutreinigender“ Haustrank. Man lässt 2 Esslöffel voll mit 6 Tassen Wasser

Wiel, diät. Kochbuch.

auf 4 Tassen einkochen. Nicht selten werden noch Sennesblätter zugesetzt, damit das Gebräu besser wirkt!

VII. Schwitzthee.

Flüssigkeit und Wärme sind es hauptsächlich, welche zum Schweiße treiben. Desshalb kannst Du Dir, so zu sagen, von allen bisher genannten Kräutern Schwitzthee machen; Du brauchst nur recht warm und recht viel davon zu trinken, und kommst dann gewiss in Schweiß. Sonst werden allerdings die **Hollunder-** (Flieder-) **blüthen** und die **Lindenblüthen** am häufigsten zu Schweißstränken abgebrüht und in zwei verschiedenen Fällen davon Gebrauch gemacht: erstens bei Verkältungskrankheiten und zweitens bei einigen acuten Hautkrankheiten (Scharlach, Masern, Blattern), „damit der Ausschlag recht herauskommt.“ Im ersteren Falle leisten die Schwitzthee sichtlich gute Dienste, im zweiten Falle dagegen können sie nur die Fieberhitze auf eine oft bedenkliche Höhe treiben!

Hoffentlich sind jetzt die wichtigsten der gegenwärtig noch gebräuchlichen einheimischen Heilkräuter aufgezählt! Es wäre Jammer und Schade, wenn man eines vergessen hätte! Vor Alten waren es wohl drei Mal soviel. Die neueste Zeit, namentlich die neue deutsche Pharmacopoe, hat zwar wieder viel Unkraut ausgerottet, aber — noch lange nicht alles. Der Mensch ist in Nichts so conservativ, wie in Sachen der Heilkunde. Obwohl hier gewiss noch eine recht ansehnliche Zahl von Kräutern und Wurzeln beisammen steht, wird doch noch Mancher stutzen, wenn er sein geliebtes Privatkraut nicht findet. Er mag beruhigt sein; die milde Wissenschaft hat jahrelang zugesehen, bis sie den Strich des anerkannt Nutzlosen oder gar Nachtheiligen zu bewilligen vermochte!
