

sind Zitronenkuren gegen Gicht und Rheumatismus immer noch sehr beliebt. Jedenfalls entfaltet die Zitronensäure wie andere organische Säuren eine wertvolle antiseptische (fäulniswidrige) Wirkung.

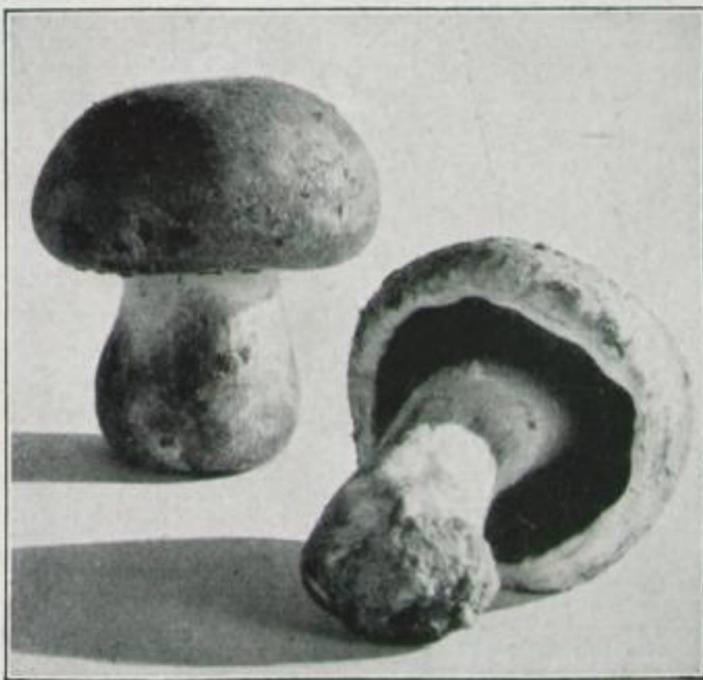
Eine andere heilkräftige organische Säure unserer Früchte ist die auch im Rotwein enthaltene Gerbsäure. Ihre Heilwirkung bei entzündlichen oder gereizten Schleimhäuten, besonders des Darmkanals, wurde seit ältester Zeit in der Volksmedizin zur Bekämpfung von Darmkatarrh, Durchfällen, Ruhr ausgenutzt. Erdbeeren und abgekochte getrocknete Blaubeeren, auch Preiselbeeren gegen Durchfälle sind ebenso alte Volksmittel wie die Verabreichung roher geschabter Äpfel, die ganz neuerdings auch in der Kinderklinik — trotz aller theoretischen Bedenken — gegen Säuglingsdurchfälle mit Erfolg angewendet werden. Auch hier hat sich — allen bisherigen wissenschaftlichen Anschauungen zum Trotz — die oft belächelte, ja für gefährlich und bekämpfungswert erachtete Volksmedizin siegreich durchgesetzt.

Von großem Interesse ist der bei den romanischen Völkern des Südens verbreitete reichliche Genuß von Zwiebeln und Knoblauch, die sich ja beide bereits bei den alten Juden einer geradezu sprichwörtlichen Beliebtheit erfreuten. Auch der alte Bauernspruch: „Wenn die Menschen wüßten, was eine Zwiebel wert ist, würde das Stück einen Taler kosten“, weist auf die hervorragende Bedeutung der Zwiebel als Heilmittel hin. Man kann also vermuten, daß die sonst nicht gerade

unter sehr hygienischen Verhältnissen lebenden Völker der heißen Länder durch den reichlichen und dauernden Zwiebelgenuß einen starken natürlichen Schutz gegen Infektionskrankheiten erwerben. Knoblauchkuren gegen Würmer hat die wissenschaftliche Medizin — ebenso wie den Farnkraut-Extrakt — von der Volksmedizin übernommen. Neuerdings wird der Knoblauch von der wissenschaftlichen Medizin als pharmazeutisches Präparat auch gegen Blutdrucksteigerung benutzt. Gegen Bandwürmer wendet man im Volke auch Kürbiskerne an, während die Frucht selbst, insbesondere der Edelkürbis, zu den vorzüglichsten harntreibenden Mitteln gehört, ohne dabei eine Reizwirkung auf die Nieren auszuüben.

Schweißtreibende Volksheilmittel, wie Lindenblütentee, Fliedertee, Kamillentee usw. haben in der sogenannten Schulmedizin neben Salizyl und physikalischen Schwitzprozeduren ihre Stellung behauptet. Verhältnismäßig neu dagegen ist die pharmazeutische Auswertung der Salbei, die zum Beispiel in der Bekämpfung des lästigen Nachtschweißes der Tuberkulösen eine gewisse

Bedeutung erlangt hat. Die Salbei ist eins der berühmtesten Heilmittel seit dem Altertum, sie bewährt sich unter anderm gegen Entzündungen der Mund- und Rachenschleimhaut, gegen Durchfälle und, wie erwähnt, gegen übermäßiges Schwitzen. Von der Berühmtheit und Beliebtheit der Salbei kündigt noch heute ein altes Sprichwort: „Cur moritur homo, cui Salvia crescit in horto!“ Warum muß ein Mensch sterben, in dessen Garten die



Ein Waldspaziergang auf der Zunge: Junge Champignons, trocken geputzt, kleingeschnitten und mit Butter vermennt, bedeuten, auf Grahambrot gestrichen, dasselbe für die Zunge wie ein Waldspaziergang für die Lunge.