

# Dobro Ludu

✦ ✦ (Volkswohl) ✦ ✦

## Monatschrift für Volksgesundung

Verantwortlicher Schriftleiter: Dr. med. Josef Julian Herwich, Katowice, 3. maja 40.

Redaktion und Administration: Katowice, plac Wolności 91. Ege., Tel. 31-41.  
Konto: P. K. O. Katowice, Nr. 307 802. — Bezugspreise: Ausgabe „A“ vierteljährlich mit Versand 2,— zł. / Einzelnummer 80 gr. / Ausgabe „B“ 5,— zł. monatlich.

Nr. 3.

Katowice / Juli 1931

Jahrg. 1

### Unsere einheimischen Heilpflanzen.

Dr. med. Herwich, / Katowice.

#### Wermut.

(Fortsetzung)

Der Wermut, auch Beifuß genannt (*Artemisia vulgaris*) ist eine seit Jahrtausenden bekannte Heilpflanze, aus vielen grauen kleinen Blütenköpfen bestehend und in unseren Gegenden überall vorkommend. Der wirksame Bestandteil ist ein Öl, das Absintin. Man verwendet davon sowohl die frische wie die getrocknete Pflanze, und zwar kocht man sie sowohl in Wein wie in Wasser. Wermutwein und Wermuttropfen sind noch viel einfacher immer käuflich zu erreichen. Wermut hilft vor allem bei allen Magen-Darmstörungen, also schlechter Verdauung, Appetitmangel, Bauchgrimmen. Sodann in Mengen von 1 Teelöffel Wermutstropfen zweistündlich wendet man ihn mit Erfolg an bei Bleichsucht, Gallenleiden mit Gelbsucht, Wassersucht, als Klistier bei Würmern der Kinder. Leuten, die beruflich mit Bleiweiß zu tun haben, soll Wermut als vorzüglicher Schutz gegen Bleivergiftung dienen. Im Gegensatz zur Pflanze dient die getrocknete und dann zerriebene Wurzel als vorzügliches Mittel gegen Fallsucht (Epilepsie), Hysterie und anderen Nervenleiden; man nimmt in der Regel 1 — 2 Teelöffel des Wurzelpulvers am Tage. Man sammelt am besten die Wurzel des Wermuts entweder im Herbst nach dem Absterben des Krautes, oder im Frühling, bevor das Kraut sprießt.

Eine Abkochung des Wermutkrautes wirkt als belebendes Fußbad bei krankhaftem Fußschweiß, wie überhaupt diese Abkochungen ein gutes Hautpflegemittel darstellen. Zum Schluß will ich noch erwähnen, daß aus Wermut ein bei uns verborener Branntwein, der Absint, produziert wird.

#### Schwarzwurz.

Schwarzwurz, auch Beinwell, Beinwurz genannt (*Symphytum officinale*) steht, wie schon der Name besagt, zum Knochenystem in Beziehung (die alten Volksnamen der Pflanzen bezeichnen fast regelmäßig ihren Wirkungskreis, da die Namen keine zufälligen waren, sondern von wahren Kräuterkundigen auf Grund ihrer Eigenschaften verliehen wurden).