



HEILKRÄFTE DER MEERZWIEBEL

ROLAND VONTOBEL ist diplomierter Drogist und kantonal approbierter Naturarzt.
In Teufen führt er seit 1998 die Praxis Tannenhof.

ROLAND VONTOBEL *Text* // WERNER MEIER *Illustration*

Die echte Meerzwiebel (*Squilla maritima* L.) wächst an den sandigen Mittelmeerküsten von Europa bis Afrika. Auch an der Atlantikküste von Spanien und Portugal ist sie anzutreffen. Die Zwiebeln erreichen einen Durchmesser von 15 bis 20 Zentimeter und strecken ihren rundlichen Körper bis zur Hälfte aus dem Sand. Ihr Gewicht kann bis zu zwei Kilogramm betragen.

Schon im alten Ägypten stand die Pflanze in hohen Ehren. Ihr wurde heilende Wirkung bei Wassersucht und Magenleiden zuerkannt. Galenus im alten Römerreich war der Ansicht, dass die Pflanze ein lebensverlängerndes Diätikum sei. Er sprach von einem Zeitgenossen, der die Zwiebel genossen hatte und 117 Jahre alt wurde.

Im Mittelalter wurde die *Squilla* nach Einführung der herzwirksamen *Digitalis*-Präparate nahezu vergessen – bis Wirkstoffe der Meeresschwämme wissenschaftlich analysiert wurden. Dabei wurden diverse Wirkstoffe zur Herzstärkung und Entwässerung gefunden. Der Gebrauch der Meerzwiebel ist nicht ganz ohne Risiko, da Überdosierungen bedrohliche Symptome auslösen können, beispielsweise Verdauungsbeschwerden, Erbrechen, Nasen-

bluten und Herzbeschwerden bis hin – nach massiver Dosierung – zum Tod.

Zur innerlichen Einnahme eignet sich daher eine homöopathische Form der Meerzwiebel ausgezeichnet. Mit Vorzug kommt die Arznei bei Herzerkrankungen zum Einsatz, wenn sich Wasserstauungen im Körper nicht auflösen können. Ebenfalls bewährt hat sie sich bei Wasseransammlungen in den Beinen. Und bei Diabetikern hilft sie, die Harnflut zu lindern.

Bei Menschen mit Bronchitis mit stockenden Sekreten, Schleimrasseln und salzigem Auswurf als Begleiterscheinung bringen *Squilla*-D4-Tropfen Besserung. Ebenfalls hilfreich sind sie bei leichtem Urinabgang, der Husten und Asthma begleiten kann. Auch bei Nieren-Blasenbeschwerden mit Harndrang und Ausscheidung von grossen Mengen Urin ist *Squilla* das passende Arzneimittel.

Die homöopathische Tinktur aus der Meerzwiebel wird als D4 oder höhere Potenz verschrieben und mit 3x20 Tropfen täglich eingenommen. Für die richtige Dosierung fragen Sie Ihren Naturarzt oder Drogisten.