Christoph Bachmann

Tradition und Moderne

Die Berg-Apotheke an der Stauffacherstrasse 26 in Zürich ist eine modern eingerichtete Apotheke, in der, wie heute bei allen Apotheken, Computer die Verkäufe regeln, die Warenbewirtschaftung tätigen, Abrechnungen erstellen usw. usw. Bezeichnenderweise befindet sich die Berg-Apotheke aber in einem wunderschönen Jugendstilgebäude aus dem Jahre 1912 und symbolisiert auf diese Weise die Verbindung zwischen überlieferter Kräutermedizin und moderner Pharmakotherapie.

Kräuter und Teemischungen

Nebst dem normalen Sortiment einer Apotheke hat die Berg-Apotheke ein Lager von über 2000 Heilkräutern und Gewürzen und ist somit die grösste Kräuter-Apotheke der Schweiz. Diese Kräuter stammen aus der ganzen Welt. Darunter findet man auch etwa 300 Arzneipflanzen aus der chinesischen und ayurvedischen Medizin sowie aus Tibet und Südamerika. Die Berg-Apotheke achtet darauf, dass die Arzneipflanzen nach Möglichkeit aus biologischem Anbau stammen.

Im Gespräch erwähnt der Eigentümer der Apotheke, Dr. Andreas

Berg-Apotheke – Tradition und Moderne am Stauffacher: Die grösste Kräuter-, Gewürz-, Essenzen-, Tinkturen- und Räucherhölzer-Apotheke der Schweiz

Seit über 80 Jahren führt die Berg-Apotheke in Zürich, bis 1931 als Kräuterhaus des Ehepaars Kern geführt, ein breites Sortiment an Kräutern, Teemischungen, Gewürzen, Tinkturen, ätherischen Ölen und Räucherhölzern. Damit stellt sie die grösste Kräuterapotheke der Schweiz dar. Seit 1990 wird sie von Dr. Andreas Lenherr geführt, der diese Tradition konsequent weiterführt und ausbaut.

Lenherr, ein Apotheker, der in Botanik promoviert hat, dass er und seine 17 Mitarbeiter jährlich etwa 7 Tonnen Trockenpflanzen einkaufen und an verschiedenste Kunden wieder verkaufen. Dazu gehören natürlich sehr viele Einzelpersonen, die Teemischungen, zum Teil nach eigenen Rezepten, zusammenstellen lassen. Weiter werden aber auch Magistralrezepturen von Spitälern und phytotherapeutisch tätigen Ärzten angefertigt.

«In der chinesischen Medizin sind wir nicht so stark», so Lenherr, «führen aber viele TCM-Rezepte nach Jeremy Ross aus.» TCM nach Jeremy Ross ist eine Behandlung nach den Grundsätzen der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM), aber mit westlichen Kräutern.

Weiter kann man in der Berg-Apotheke auch Teemischungen nach Rezepten von Christine Bodenschätzli bestellen.

Gewürze

Eher ungewöhnlich ist für eine Apotheke, in ihrer Kundschaft zahlreiche Restaurants zu haben. Die Berg-Apotheke beliefert auch viele Restaurants, die dort Gewürze und Gewürzmischungen bestellen. Dabei handelt es sich zum Teil um äusserst exotische Gewürzpflanzen, bei denen es ausgesprochen schwierig ist, sie bestellen zu können (Tab. 1).

Die Berg-Apotheke (Tab. 2, Abb. 1) ist auch auf Kräuter spezialisiert, die für die Ernährung nach den Elementen

Tab. 1. Exotische Gewürzpflanzen, die zum Sortiment der Berg-Apotheke gehören

Botanischer Name	Deutscher Name	Herkunftsland	Geschmack	Verwendung
<i>Dipteryx odorata</i>	Tonkabohnen	Brasilien	riecht nach Cumarin	für Glacé und zum Räuchern
<i>Anacyclus pyrethrum</i>	Bertramwurzel	Marokko	herb, scharf	Hildegardmedizin
<i>Lippia graveolens</i>	Mexikanischer Oregano	Mexiko	krautig würzig	mexikanische Küche
<i>Piper guineense</i>	Aschantipfeffer	Ghana	scharf	für Pfeffersuppe
<i>Aframomum melegueta</i>	Paradieskörner	Elfenbeinküste	scharf	marokkanische Küche

Abb. 1. Kräuterraum der Berg-Apotheke.

Tab. 2. Geschichte der Berg-Apotheke Zürich: 80 Jahre am Stauffacher

1924 gründet das Ehepaar Kern an der Werdstrasse 4 ein Kräuterhaus und ist die offizielle Ablagestelle für die Bergkräuter von Pfarrer Künzle

1931 wird das Kräuterhaus wegen gesetzlicher Vorschriften in eine Apotheke umgewandelt und Berg-Apotheke genannt. Der Handel mit Kräutern, die Herstellung von Kräutermischungen und die Fabrikation von Naturheilmitteln werden kontinuierlich ausgebaut

Als 1943 das Ehepaar Kern wegzieht und die Produktion der Kernosan-Produkte nach Niederurnen verlagert wird, übernimmt der Apotheker Max Messmer die Apotheke

1961 übernimmt Apotheker Christian Zogg nach dem Tod von Max Messmer die Berg-Apotheke

1962 muss die Berg-Apotheke einem Neubau des COOP weichen und zieht an die Stauffacherstrasse 16

Seit 1990 ist Dr. Andreas Lenherr Eigentümer der Berg-Apotheke

2001 erneuter Umzug an die Stauffacherstrasse 26

Seither ständiger Ausbau des Handels mit Arzneipflanzen, Gewürzen, Tinkturen, Kräuterbädern, ätherischen Ölen und Räucherhölzern

Tab. 3. Sortiment der Berg-Apotheke an natürlichen Produkten

Über 2000 Heilkräuter und Gewürze

Teemischungen, Kräutersalben und Tinkturenmischungen: Hausspezialitäten der Berg-Apotheke sowie Rezepte auf Bestellungen

Hildegardmedizin

Rezepte nach Maria Treben

Dörrfrüchte aus biologischem Anbau

Badezusätze (ohne synthetische Bestandteile)

HAB-Frischpflanzentinkturen und Gemmomazerate nach Bruno Vonarburg

Dr. Reinhard Heilpflanzentüchlein

Essenzen und Räucherharze für die Aromatherapie

Eine breite Auswahl an homöopathischen und anthroposophischen Präparaten der Firmen

- Heel
- Dr. Reckeweg
- Sanum
- Similasan
- Dr. Schwabe
- Wala
- Weleda
- Burgerstein-Vitamine
- Ceres pflanzliche Urtinkturen
- HCK-Granulate der Firma Hepart
- Original Bachblütenkonzentrate
- Bioforce/Dr. Vogel
- Pfarrer Künzle Teemischungen
- Kernosan Naturheilmittel

verwendet werden. Diese Ernährungsweise stammt aus der TCM und basiert auf den 5 Elementen Holz, Feuer, Erde, Metall und Wasser, die die 5 Geschmacksrichtungen darstellen. Dazu kommen noch Yin: Kälte und Yang: Wärme. Eine nach den 5 Elementen richtig zubereitete Mahlzeit ist eine ausgewogene Mischung dieser 5 Elemente.

Tinkturen, Essenzen, Bäder

Die Berg-Apotheke befasst sich aber nicht nur mit getrockneten Arzneipflanzen und Gewürzen (Tab. 3). Man findet dort ein äusserst grosses Sortiment an Tinkturenmischungen, die zum Teil als Hausmittel angeboten werden. Darunter sind unter anderem Asparagus-Petroselinum-Tropfen, Bibernellextrakt, Bibernelhonig, Crataegus Urtinktur, Erkältungstropfen und Arteriosklerose-Tropfen. Natürlich stellen die Mitarbeiter auch jede individuelle Tinkturenmischung her.

Ebenso beeindruckend gross ist das Sortiment an ätherischen Ölen (Essenzen), die speziell in der Aromatherapie eingesetzt werden. Etwa 50 verschiedene ätherische Öle sind jederzeit erhältlich, während andere in kürzester Zeit bestellt werden können.

Weiter bietet die Berg-Apotheke ein Aroma-Massageöl, bestehend aus Jojobaöl als Massagegrundlage, die mit Geranium, Schwarzem Pfeffer und Sandelholzöl zu einem wohltuenden und verführerischen Massageöl verwandelt wird.

Die Berg-Apotheke bietet auch verschiedene Kräuterbäder mit einem hohen Anteil (12,5%) an ätherischen Ölen an. Die Grundlage dieser Kräuterbäder besteht aus Heublumenextrakt, Molke und Weizenkeimöl. Durch den Zusatz von ätherischen Ölen entstehen auf dieser Basis:

- Entspannungsbad,
- Erfrischungsbad,
- Wärmebad,
- Fitnessbad,
- Hexenzauberbad,
- Liebesbad.

Natürlich kann man auch nur die Badegrundlage kaufen und eine individuelle Essenzenmischung beifügen.

Räucherhölzer

Ein weiteres, wichtiges Standbein des Angebotes an natürlichen Produkten in der Berg-Apotheke stellen die Räucherharze dar. Auf der Homepage der Apotheke kann man lesen:

«Räuchern ist die intensivste Art der Raumbeduftung. Es spielte als Kulthandlung bereits im Altertum bei fast allen Völkern eine wichtige Rolle als Reinigungsprozess zum Wohlstimmen der Gottheiten. Dass die drei Weisen aus dem Morgenland neben Gold auch Weihrauch und Myrrhe als Geschenke mitbrachten, zeigt den grossen Wert dieser Harze in der damaligen Zeit.»

Zum Räuchern setzt man Kräuter und Hölzer, aber auch Harze und Balsame ein, die einen grossen Anteil an ätherischen Ölen enthalten und sich bestens eignen, in einem geeigneten Gefäss zusammen mit einer glühenden Kohle beim Verbrennen die ätherischen Öle in die Luft zu setzen.

Die Berg-Apotheke empfiehlt unter anderem folgende Zubereitungen zum Räuchern:

- Gujakholz; entfaltet einen herb-aromatischen Duft, der sich bei Grippe und Husten eignet.
- Mastix; verströmt einen würzig-süsslichen Geruch.
- Tolubalsam, dessen Duft aus einer Mischung aus Vanille und Zimt besteht und sich bei Bronchialkatarrh eignet.
- Weisse Salbeiblätter, die einen herb-erfrischenden Salbeiduft entfalten.

- Zimtblüten, die einen warm-würzigen, sinnlich-süsslichen Duft verströmen.

Bilanz

Obwohl die Berg-Apotheke wie jede andere Apotheke auch ein breit ausgebautes Sortiment an herkömmlichen Arzneipräparaten führt und dort, wie Andreas Lenherr deutlich unterstreicht, keine Abneigung gegen synthetische Medikamente herrscht, wird die Tradition an natürlichen Produkten konsequent weitergeführt und ausgebaut: «Gerade in der heutigen Zeit wird die Nachfrage an natürlichen Behandlungen von Beschwerden mit Kräutern, Tinkturen, Einreibungen und Bädern nicht nachlassen!»