

Fragen und Antworten

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **3 (1945-1946)**

Heft 4

PDF erstellt am: **16.07.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Homöopathie und Biochemie.

Silisea (Kieselsäure).

Dieses hervorragende Mittelchen wird sowohl in der Biochemie wie auch in der Homöopathie sehr geschätzt und ich will versuchen, den Lesern die allerwichtigsten Wirkungen kurz zu erklären.

Bei Eiterungen aller Art wird Silisea verwendet, jedoch erst wenn die Eiterung auf dem Höhepunkt oder im abnehmenden Stadium ist. Zu Beginn der Eiterung und zum Hinausstoßen wird Hepar sulf. verwendet, und zum Heilen Silisea. In den nordischen Ländern ist Silisea als Volksmittel bei Vereiterungen allgemein im Gebrauch und vor allem bei Furunkeln. Bei Knocheneiterungen, altem Knochenfraß, Mandelabzessen, Zahnfisteln, sowie auch bei Fisteln aller Art ist Silisea das langsam aber sicher wirkende Mittelchen.

Bei Nagelgeschwüren, Haarwurzelkrankheiten, wie auch bei Störungen des Haar- und Nagelwuchses ist Silisea das rechte Mittel.

Bei lymphatisch-skrofulösen Kindern mit geschwellenen Drüsen gibt es kein besseres Mittel, die Konstitution zu ändern als Silisea. Diese Kinder sind in der Regel mager oder aufgedunsen, mit dicken Bauch, schlechtem Appetit und mangelhafter Ausdauer mit sehr unstemtem Gemütszustande.

Bei Tuberkulose und Skrofulose sollte neben den feinstofflichen Kalkpräparaten (Calc. Complex mit Urtica) auch Silisea nicht fehlen. Auch auf die Haut und das Bindegewebe wirkt Silisea besonders bei Hand- und Fußschweiß, übelriechenden Schweiß und Ausscheidungen, die zwischen den Zehen das Wundsein verursachen. Gegen die Leiden von unterdrücktem Fußschweiß wirkt Silisea sehr gut, jedoch ist es nicht ausgeschlossen, daß der irrtümlicherweise vertriebene Fußschweiß nach längerer Einnahme von Silisea wieder in Erscheinung tritt. Fußschweiß darf man niemals vertreiben, es sei denn durch eine Anregung der Haut- und Nierentätigkeit, wonach er langsam zurückgeht und mit der Zeit ohne Nachteil verschwindet, indem die anderen zwei Ventile (Haut und Niere) geöffnet wurden und nun die Arbeit übernommen haben.

Menschen, die immer frösteln oder frieren, sogar bei Bewegung, sollten eine Zeitlang Silisea nehmen, und nach einigen Wochen wird sich eine bessere Blutverbrennung einstellen. Auch der in solchen Fällen etwas darniederliegende Lebensmut kann langsam wieder etwas belebt werden.

Bei harten Knoten in den Brustdrüsen, ja sogar bei Krebs ist Silisea eine gute Hilfe. Bei schlecht heilenden Wunden wird Silisea als Pulver direkt aufgestreut. Diese äußerliche Methode hat sich auch bei offenen Beinen bewährt (äußerlich Silisea und innerlich Hypericum-Komplex). Außer der Heilwirkung gibt Silisea, längere Zeit eingenommen, auch schöne Haare und eine schöne Haut.

Silisea wird in D 6, am meisten aber in D 12 gebraucht. Einzelne Forscher verwenden dieses Mittelchen bis zu D 30 mit gutem Erfolg. 2 bis 3 mal täglich 2 Tabletten entsprechen der allgemeinen Tagesdosis.

Lachesis.

Erschrecken Sie nicht, meine lieben Leser, wenn ich Ihnen sage, daß es sich bei diesem Mittel um ein Schlangengift handelt, und zwar von einer Schlange, deren Biß unrettbar den Tod bringt. (Lachesis muta = Klapperschlange.) Homöopathisch d. h. ganz hoch verdünnt, und zwar milliardenfach verdünnt, ist Lachesis eines der besten Heilmittel.

Dr. Constantin Hering haben wir die Entdeckung dieses großen Heilmittels zu verdanken, das bestimmt schon mehr Menschen das Leben gerettet hat, als der Biß der Lachesis-Schlange Menschen das Leben kostete. Bei bösartigen Leiden, Blutvergiftungen, Sepsis, Blutschwamm, chronischen Geschwüren, Furunkeln, Karbunkeln, Pocken, Scharlach, schwarzen Masern, sowie bei ähnlichen schweren Leiden ist Lachesis ein zuverlässiger und dankbarer Helfer. Besonders, wenn bei einem Leiden an der Körperoberfläche

die charakteristische dunkelblaue Färbung vorhanden ist, dann darf Lachesis mit guter Zuversicht gegeben werden.

Bei Eierstock- und anderen Leiden im Unterleib, vor allem linksseitig, ist Lachesis vorzüglich.

Nach überstandenen schweren Krankheiten, wenn noch allerlei Gifte im Körper herumfahren und eine Blutentmischung befürchtet werden muß, leistet Lachesis Wunderbares.

Bei Typhus haben wir in Lachesis eines der brauchbarsten und zuverlässigsten Mittel. Nach einem Schlaganfall, besonders bei linksseitiger Lähmung, gibt man neben Arnica auch Lachesis mit gutem Erfolg.

Bei Lungenabzeß, Lungenbrand (Gangraena pulmonum) sehr schlimmer Mandelentzündung (Angina) wirkt Lachesis, wenn alle anderen Mittel zu versagen scheinen.

Wie oft haben wir durch eine Injektion von Lachesis D 10 eine Angina ohne Nachteile sofort zum Verschwinden bringen können.

Gegen Halsleiden besonders schwerer Natur ist Lachesis eine gute Hilfe.

Dieses Mittelchen gehört in jedes Haus, da es bei schweren Leiden, die in eine allgemeine Blutvergiftung übergehen möchten, als eine unersetzliche Hilfe gebraucht werden kann.

Lachesis wird am besten in D 10 oder D 12 angewandt.

Fragen und Antworten

Anfragen durch den Fragekasten sind für alle Abonnenten der „Gesundheitsnachrichten“ gratis. Für briefliche Rückantwort ist eine zwanziger Marke beizulegen. Anfragen sind direkt an A. Vogel, Teufen (App.) zu richten.

Heuschnupfen. An Frau D. in L. — Es freut mich, von Ihnen zu vernehmen, daß Sie den ganzen Sommer, bis auf einige wenige Anfälle, keinen Heuschnupfen mehr verspürten. Trotz dem guten Erfolg empfehle ich Ihnen, die Anwendung dieses Jahr nochmals durchzuführen. Erst wenn sich ein Jahr lang gar keine Symptome irgendwelcher Art mehr einstellen, wenn Sie also gar keine Störungen mehr verspüren, dürfen Sie das darauffolgende Jahr die Behandlung weglassen.

Die Behandlung des Heuschnupfens muß allerdings im Februar, spätestens im März, einsetzen, denn je länger man zuwartet, desto mehr wird der Erfolg in Frage gestellt. Seien Sie froh, daß Sie nun diese schlimmen Attacken überwunden haben und zwar mit natürlichen, harmlosen und giffreien Mitteln. Ich werde dafür besorgt sein, daß Sie die notwendigen Mittel sofort wieder erhalten.

Daß Ihnen das Lacta bono zur Verbesserung der Milchleistung so gut geholfen hat, freut mich. Leider konnte dieses Mittel eine Zeitlang nicht mehr beschafft werden infolge Rohstoffmangel. Nun ist es aber wieder erhältlich, und Sie können dasselbe jungen Müttern, die eine Steigerung der Milchbildung benötigen, empfehlen.

Multiple Sklerose.

Bei dieser sogenannten infektiösen Rückenmarksentzündung haben wir erfreuliche Erfahrungen gemacht, so daß ich den nachfolgenden Brief eines Patienten, der in unserem Kurheim behandelt worden ist, wiedergeben möchte.

„Durch Ihre werthe Hilfe ist es mir möglich geworden, die langersehnte Arbeit aufzunehmen. Schon ist es bald ein Monat seit ich den Versuch machte, nach fast zwei Jahren Unterbruch, die Arbeit aufzunehmen. Ich kann Ihnen versichern, daß ich ohne Ihre werthe Hilfe ein Invaliden geblieben wäre. — Als ich zu Ihnen gekommen bin, glaubte ich nur halb an das große Wunder. Aber ich bin eines Besseren belehrt worden. Was der Medizin nach mehr als einem Jahr nicht gelang, das haben Sie nach fünf Monaten geleistet. Ich bin Ihnen immer zu großem Dank verpflichtet.“

Am 17. Januar habe ich mit 50 Prozent angefangen. Heute sind es schon deren 70 Prozent und später 100 Prozent Arbeitsleistung. Den Verhältnissen entsprechend geht es gut. Mein Arbeitgeber hat mir eine

Beschäftigung gegeben, wo ich sitzen kann dazu. Heute arbeite ich schon mit 1000 mm und es geht gut."

Obschon diese Krankheit von den Medizinern als unheilbar erklärt wird, kann mit der Naturheilmethode noch enorm viel erreicht werden. Insofern die Behandlung frühzeitig in Angriff genommen wird, bevor starke Lähmungen eintreten, kann man wirklich mit einem sehr erfreulichen Erfolge rechnen. Sind schon Lähmungen da, dann ist der Kampf schon etwas schwieriger, jedoch immer noch nicht aussichtslos.

Es ist erfreulich, solche Berichte zu veröffentlichen, und es muß zur Ehre der Naturheilmethode gesagt werden, daß man auch in Fällen, die hoffnungslos erscheinen, den Kampf nicht aufgeben soll.

Exzema (Flechte) An Herrn W. in Bern. —

Ich habe schon öfters über die Behandlung der Flechten geschrieben, und ich will Ihnen gerne nochmals einen kurzen Ueberblick geben über das, was bei der Behandlung der Flechten beobachtet werden muß. In erster Linie müssen die Grundursachen beseitigt werden, die vielfach in einem schlechten Stoffwechsel zu suchen sind. Eine Anregung der Darm- und Nierentätigkeit ist unerlässlich. Zudem ist notwendig, daß man weiß, ob es sich um eine chronische oder akute Flechte handelt. Auch äußere Reize und Schädigungen können als Mitursache in Frage kommen. Vielfach ist aber auch eine Erbanlage da, die bei der Entstehung der Ekzema eine Rolle spielt.

Was die äußere Behandlung anbelangt, so habe ich die besten Erfahrungen mit Molkenkonzentrat gemacht. Man betupft damit äußerlich, und nachher wird abwechselungsweise einmal Johannisöl, dann eine Wollfetterème mit Johannisöl (Crème Bioforce) eingerieben. Ist eine eitrige Absonderung da, dann ist Hepar sulf. D3 einzunehmen. Sind die Flechten in Verbindung mit einer Uebersäuerung des Körpers, ist ein näsender, brennender Bläsenaussschlag vorhanden mit juckenden Schmerzen, wobei die Bläschen eine Flüssigkeit absondern, dann ist Rhus tox D4—D6 das beste Mittel. Gegen trockene und näsende Flechten, die besonders nachts brennen und zum Kratzen zwingen, ist Arsenicum alb. D4—D6 das gegebene Mittelchen. Bei chronischen Flechten muß man unter allen Umständen ein homöopath. Schwefelmittel verwenden, und da hat sich Sulfur D6 oder auch Sulfur jod. D4-D6 sehr bewährt, besonders wenn die Flechte auf skrofulöser Basis fundiert.

Handelt es sich um eine rheumatisch-gichtische Anlage, dann gibt man Calcium carbon. D4 im Wechsel mit Lycopodium D6. Unter allen Umständen verabreicht man noch ein gutes Kalkprodukt, am besten in Verbindung mit Brennesseln, d. h. also Calcium-Komplex m. Urtica.

In allen Fällen hat sich auch die Unterstützung durch Injektionen mit homöopathischer Ameisensäure sehr bewährt. Eine salzarme, event. vorübergehend sogar salzfreie Ernährung ist Grundbedingung. Eiweißreiche Speisen müssen gemieden werden, wie z. B. Eier, Käse, Schweinefleisch und Wurstwaren, wie überhaupt alles Scharfe.

Es gibt Flechtenarten, wie die Psoriasis, die sehr schlecht heilbar sind. Bei letzterer hat sich die Ameisensäure D30, sowie die äußerliche Anwendung von Graphit als Pulver aufgestreut, hervorragend bewährt. Die Psoriasis wird von der Schulmedizin als unheilbar erklärt, währenddem die Naturheilkunde vor allem mit Hilfe der Homöopathie, ganz hervorragende Heilerfolge aufzuweisen hat.

Frische Luft. An Fr. K. in W. — Sie haben ganz recht, daß die Wirkung der frischen Luft viel zu wenig erkannt und angewandt wird. Oft kommt man in Wohn-, Schlaf- oder Arbeitsräume und trifft eine derart dicke Luft an, daß man es wirklich fast nicht aushalten kann. Wohn- und Arbeitsräume, sowohl als auch Schlafräume, sollten öfters gelüftet werden. Besonders ein Krankenzimmer erfordert einen regelmäßigen Wechsel der Luft, denn die ausgehauchten Gase und Krankheitsstoffe, Aceton etc. belästigen und schädigen sowohl den Kranken, wie auch das Pflegepersonal, wenn die Luft nicht öfters gewechselt wird.

Num werden Sie sagen: „Aber bei Holz- und Kohlenknappheit kann dies nicht verantwortet werden.“ Fragen Sie da einen Heizungsfachmann, und er wird Ihnen sagen, daß Ihre Rechnung gar nicht stimmt. Eine verbrauchte, sauerstoffarme Luft läßt auch den Ofen nicht richtig brennen, und Sie werden mehr von Ihrem Holzlager profitieren, wenn Sie öfters rasch lüften und wieder neue, sauerstoffreiche Luft in den Raum führen. Es wird dann schneller wieder warm, da die frische Luft rascher erwärmt, als die sauerstoffarme Luft. Haben Sie ja keine Angst, bei einem Fieberkranken zu lüften. Wenn er unter der Decke steckt, erkältet er sich nicht, und erschrecken Sie auch nicht, wenn ich Ihnen sogar behaupte, daß sich ein Fieberkranker normalerweise überhaupt nicht erkälten kann. Er ist überhitzt, und auch ein schneller, kalter Hauch wird ihm nicht schaden. Man braucht also diesbezüglich nicht überängstlich zu sein. Kranke und Kinder läßt man einfach unter der Decke, worauf alle Fenster für einen Moment geöffnet werden. Es kann bei dieser Maßnahme gar nichts passieren, im Gegenteil, man erfüllt eine gesundheitliche Pflicht.

In der nächsten Nummer der „Gesundheits-Nachrichten“ erscheint ein interessanter Artikel über:

Kinderkrankheiten

der für alle Frauen und vor allem auch für Hebammen sehr aufschlußreiche Ratschläge gibt und zwar nicht nur über die Behandlung, sondern auch über die Verhütung von Krankheiten. — Auch der Schlußartikel über:

„Die Ernährung des denkenden Menschen“

wird in der April-Nummer erscheinen.

Wichtige Mitteilung für Hebammen

Sie erhalten **10 % Rabatt** auf Ihre Mittelbezüge für Frauen. Unter den Mitteln sind zu verstehen: Urtinkturen, Potenzen, Frischpflanzenextrakte wie Hypericum Komplex, Arterio Komplex, Viscatropfen, Solidago virgaurea, biochemische Mittel wie Calcium phosphor, Silicea etc. Auch Stärkungsmittel wie Hagebuttenmark, Vitaforce, Alpenkräuterwein sind inbegriffen.

Laboratorium Bioforce, TEUFEN

Jetzt *no es wieder*
**Kneipp
 Malzkaffee**
*gibt, schläft mancher
 besser, denn Kneipp Malz-
 kaffee wärmt, regt aber
 niemals auf*

*Die Wirkung von Kneipp Malzkaffee ist wirklich
 wohltuend und in heutiger Zeit besonders zu empfehlen*

Haarausfall. An Frau B. in R. — Ihre Mitteilung ist so interessant und aufschlußreich, daß ich sie veröffentlichen möchte. Am 13. 8. 45 haben Sie das erste Mal geschrieben wegen des starken Haarausfalles, und daß alle die angewandten Mittel nicht helfen konnten. Wie noch viele Frauen, beklagen auch Sie sich, daß Ihre Haare sehr fein und öfters fettig seien. Ich habe beobachtet, daß bei überfettigen Haaren, die trotz vielem Waschen immer wieder fettig werden, in der Regel ein Haarausfall mit einer Drüsenfunktionsstörung im Zusammenhang steht, bei der vor allem die Eierstöcke als Hauptschuldige zu bezeichnen sind. Das Einschlafen der Hände zeigt auch, daß Ihre Venen nicht ganz in Ordnung sind, so daß es Stauungserscheinungen gegeben hat. Am 18. 8. 45 erhielten Sie dann die Weisung, den Hypericum-Komplex einzunehmen, der die Venen wieder in Ordnung bringt, ebenso Galeopsidis für den Haarausfall. Das ist ein Kieselsäurepräparat, das den Haaren von innen heraus die nötigen Nährstoffe gibt. Sie wendeten auch das Zwiebelhaarwasser an und als Hautnährstoff die Crème Bioforce, die also trotz der fettigen Haare anzuwenden war. Gleichzeitig habe ich Ihnen noch empfohlen, zur Anregung der Eierstöcke öfters warme Wickel auf den Bauch zu machen. Am 29. 10. 45 berichteten Sie mir wieder, daß das Einschlafen der Hände besser sei, daß aber allerdings die Finger immer noch rasch erkalten würden. Zugleich schrieben Sie mir, daß Sie im linken Bein hie und da Wasser gehabt hätten, was zu berichten Sie mir anfangs vergessen haben. Sie teilten mir nunmehr mit, daß auch dieses Uebel gebessert hätte. Mit dem Haarausfall sei es jedoch noch nicht viel besser. Am 21. 11. 45 empfahl ich Ihnen, die Rasayana-Kur durchzuführen im Wechsel mit den vorher gesandten Mitteln. Umsomehr freut es mich nun, am 28. 1. 46 von Ihnen die Mitteilung zu erhalten, daß die Haare fast gar nicht mehr ausgehen und daß neue nachwachsen. Interessant ist Ihre Beobachtung, daß die Crème Bioforce in der Hauptsache zur Regenerierung der Haare beigetragen habe. Sie haben bei dieser Beurteilung ganz recht, aber auch das Zwiebelhaarwasser und das Galeopsidis trugen ihren Teil dazu bei. Ihr Erfolg ist nun wiederum ein Beweis, daß es grundfalsch ist, wenn man die Haare nur äußerlich beeinflussen will, denn vergessen Sie nie, daß die Haare in einem gewissen Sinne den gesamten Gesundheitszustand eines Menschen widerspiegeln. Denken Sie daran, daß auch bei den Tieren das Fell über den Gesundheitszustand Auskunft gibt. Das Fell eines Pferdes oder eines Hundes ist z. B. in Ordnung, wenn die Haare schön glänzen. Man weiß dann bestimmt, daß das Tier gesund ist. Ist der Pelz bei einem Hunde aber matt, struppig oder fettig, dann ist er krank. Zirkulations- und Stoffwechselstörungen wirken sich auch beim Menschen auf den Haarwuchs aus. Ich möchte Ihnen, wie auch allen Lesern der „Gesundheits-Nachrichten“ deshalb empfehlen, nicht eine Unmenge Geld für Haarwasser und für Spezialmittel auszugeben, sondern vorerst die Stoffwechselstörung zu beheben und für den Allgemeinzustand zu sorgen. Erst dann wirken die andern Mittel so, wie man es gerne hätte.

Homöopathische Mittel.

Wenn Sie etlichen Apotheken Mißtrauen entgegenbringen in bezug auf die homöopathischen Mittel, dann haben Sie nicht ganz unrecht. Ich habe seinerzeit einen Apotheker kennen gelernt, der in einer großen Schweizer Apotheke tätig war. Da er unserer Bewegung sehr nahe stand und mit mir persönlich sehr befreundet war, hat er mir erklärt, daß in der Apotheke öfters homöopathische Kügelchen verlangt worden seien, worauf man einfach die reinen Milchwückerkügelchen abgefüllt habe, ohne sie zuvor mit dem verlangten Mittel bestäubt zu haben. Der Chef, mit dem Dokortitel ausgestattet, habe gesagt, daß diese kleinen Mengen ja doch nichts nützen würden, es sei doch nur die Einbildung, die dabei wirke, und es habe keinen Wert, sich noch Mühe zu geben, diese Potenzen herzustellen.

Obschon es vom allopathischen oder vom strengen Apothekerstandpunkte aus begreiflich ist, daß der erwähnte Doktor über diese feinstofflichen Verbindungen lacht, so ist es doch nicht recht, daß man den Kunden diesbezüglich

etwas vortäuscht. Ob ein Mittel wirkt oder nicht, hat ja schließlich der Apotheker nicht zu entscheiden. Er hat dem Kunden ganz einfach zu geben, was dieser verlangt. Ich empfehle Ihnen deshalb, daß Sie, wenn Sie in einer Apotheke homöopathische Mittel kaufen, stets Markenartikel verlangen möchten, seien es nun die bekanntesten deutschen Marken wie Schwabe, Madaus, Müller, oder eine Schweizermarke wie Bioforce oder Weleda. In diesen Firmen sind Leute, die von der Homöopathie überzeugt sind und gewissenhafte Arbeit leisten. Produkte in neutraler Packung sollten aus dem erwähnten Grunde nicht gekauft werden.

Kräutersalat-Sauce.

An Herr M. in Basel. Sie wollen wissen, ob ich die Nünalphornsauce kenne, und ob es sich dabei wirklich um eine Kräutersalatsauce handelt. Schon seit über 15 Jahren kenne ich die Nünalphornsauce. Der Küchenchef, der sie zusammengestellt hat, hatte damals nicht im Sinne, eine fertige Salatsauce in den Handel zu bringen.

Vielleicht ist Ihnen das Hotel Nünalphorn am Fuße des gleichnamigen Berges bekannt? Der dortige Küchenchef hat aus Kräutern eine hervorragende Salatsauce hergestellt. Da diese seinen Gästen so gut schmeckte, haben sie sich dafür interessiert, so daß er vorerst für sie im Kleinen die Sauce hergestellt hat. Da sie dann in der Folge immer mehr Liebhaber gewann, blieb ihm eben nichts anderes übrig, als die Herstellung stets zu vergrößern. Ich habe seinerzeit mit diesem Küchenchef schon über die Kräuter und die Zusammensetzung gesprochen, und ich kann Ihnen auch einiges verraten, was darin enthalten ist. Sie finden also in dieser Sauce den wilden Bärlauch, der ja bekanntlich eine große Heilkraft bei Arterienverkalkung und Alterserscheinungen hat, das Aronakraut, das sehr gut auf die Lunge wirkt, ferner Basilikum, Liebstöckel, Boretsch (das altbekannte, gute Herzmittel) und noch andere Kräuter.

Ich selbst verwendete diese Sauce schon oft in meinem Betrieb und Haushalt. Seit einiger Zeit hat nun die Citrovin A.G. in Zofingen die Fabrikation übernommen. Sie werden diese Salatsauce bestimmt in den Reformhäusern von Basel bekommen.

Ich bin sonst kein Freund von fertigen Präparaten, jedoch dieses Produkt, die Nünalphornsalatsauce, kann ich aus eigener Erfahrung bestens empfehlen.

Biologische Düngung.

An Frau W. in B. Sie haben ganz recht, daß in erster Linie der Kompost als Düngung verwendet werden soll. Für den Fall, daß Ihr Boden mineralsalzararm ist, also keine sandige Lehmschicht besitzt, empfehle ich Ihnen auch die Verwendung von Steinmehl, um dem Boden die notwendigen Mineralstoffe zuzuführen. Wenn Sie außerdem noch den biologischen Dünger verwenden wollen, dann kann ich Ihnen dies nur empfehlen, denn letzterer enthält außer Nährstoffen auch sehr viel Spurenelemente. Sie können damit Bäume, Sträucher und das Gemüse düngen. Wenn die Äpfel sehr rasch faulen, dann fehlen dem Boden vor allem Mineralbestandteile. Auch bei den Pfirsichen handelt es sich um eine Mangelercheinung. Ich rate Ihnen, $\frac{1}{3}$ Bioforce-Dünger mit $\frac{2}{3}$ Steinmehl zu mischen und diese Mischung außer dem Kompost zu verwenden, und Sie werden gute Erfahrungen machen.

Daß Ihre Bäume etwas viel Schatten bekommen, ist natürlich ein Nachteil. Dem können Sie begegnen, indem Sie dieselben besser auslichten, denn je weniger Sonne zu den Bäumen kommt, desto weniger dicht dürfen Sie die Bäume belassen, damit das noch zur Verfügung stehende Licht wirklich zu den Ästen bzw. zu den Blättern und Früchten gelangen kann. Bei den Pfirsichen mag auch der Wassermangel eine Rolle spielen, da Ihr Gelände nach Ihren Aussagen aus aufgefülltem Material besteht.

Wenn Sie in der Nähe einen Tannenwald haben, dann holen Sie von Zeit zu Zeit etwas Tannennadeln und ein klein wenig Walderde und machen Sie unter den Bäumen einen leichten Belag davon. Besonders das Steinobst reagiert sehr dankbar auf diese Düngung. Die Walderde enthält Bakterien, die Stickstoffe aus der Luft aufnehmen können,

und diese Bakterienimpfung der Ackererde hat sich als sehr dankbar erwiesen. Kirschbäume z.B. reagieren das erste Jahr schon mit einem viel gesünderen und dunkleren Blattwerk, das nebenbei bemerkt, gegen Pilzkrankheiten weniger anfällig ist.

Vor Giftspritzmitteln möchte ich Sie warnen. Verwenden Sie ja keine Arsenic-Mittel und auch keinen Kupfer, besonders nicht, weil bei Ihnen die unteren Kulturen dadurch getroffen würden und deshalb Kupfervergiftungen verursacht werden könnten. Ich werde gelegentlich über Kupfer in der Zeitschrift Näheres berichten.

Wichtige Mitteilung.

Meine lieben Leser!

Auch mein Tag hat nur 24 Stunden, und davon brauche ich einen Teil zum Schlafen, sonst werde auch ich zu sehr verbraucht und kann alsdann keine Artikel mehr schreiben. Einen weiteren Teil meiner Zeit verbrauche ich, um die vielen eingehenden Briefe zu studieren. Diese sind in letzter Zeit so reichlich eingegangen, daß ich alle 24 Stunden hätte verwenden müssen, damit ich sie alle hätte umgehend beantworten können. Da ich eine Sache gerne recht und gut erledige, bin ich leider nicht mehr mit allem nachgekommen, weshalb ich allen Fragestellern auf diesem Wege berichten möchte, daß es sicher nicht am guten Willen gefehlt hat, wenn dieser oder jener Brief nicht prompt genug beantwortet worden ist. Es ist mir wirklich leid, wenn ich einige Leser etwas vergrämt oder enttäuscht habe. Das schlechte Wetter hat dermaßen viel Erkrankungen mit sich gebracht, daß die Anfragen sich mehr als verdoppelt haben. Wenn es mir gelingt, für meinen Betrieb die notwendigen Hilfskräfte zu finden, werde ich, sobald ich sie tüchtig eingearbeitet habe, für die Zukunft wieder prompt beantworten können. Ich bitte also die Leser etwas Geduld und Nachsicht zu haben, denn neben den Sprechstunden erfordert die ausgedehnte Korrespondenz sehr viel Zeit, wie auch das Schreiben der Artikel, die jeden Monat schön bereit liegen müssen. Auch die „Kinderkrankheiten“ der Zeitung, wenn man sie so nennen will, gaben mit ihrem drum und dran viel Arbeit und Mühen, weshalb sie nun im Anfang auch nicht so prompt erschienen ist, wie ich es gerne gesehen hätte. Auch das wird bessern, und ich hoffe inzwischen auf das volle Verständnis der Leser.

Wer in dringendem Falle schnell einen Bericht oder in einem Krankheitsfalle eine Auskunft haben will, der benütze das Telephon Teufen 3 61 70, damit ich sofort Auskunft geben kann. Auch die verbilligte Taxe kann benützt werden, morgens von 7—8 Uhr und abends von 6—8 Uhr.

Nach 8 Uhr möchte man (außer nur in dringenden Notfällen) bitte nicht mehr anläuten, denn dann benötige auch ich eine gewisse Ruhepause. Gehe ich nach der stren-

gen Tagesarbeit ausnahmsweise früh zu Bett, dann möchte ich nicht unnötig aus dem Schlafe aufgeweckt werden, wie dies öfters vorkommt, nur, um anzufragen, wann man mich sprechen könne oder um irgend ein Mittel zu bestellen. Auch am Samstag nachmittag und am Sonntag möchte man nur in dringenden Fällen telefonieren.

Die Sprechstunden finden jeweils nachmittags vom Montag bis und mit Donnerstag statt. Ausnahmefälle sind telephonisch zu vereinbaren.

Gerne hoffe ich auf das Verständnis meiner Leser und Patienten betreffs der auferlegten Einschränkungen. Ich möchte noch lange mit meinen Ratschlägen und meiner Arbeit zu dienen vermögen, weshalb ich die von mir verkündeten Prinzipien auch selbst einhalten muß, und dies kann ich nur, wenn auch auf mich eine gewisse Rücksicht genommen wird.

Rätselraten leicht gemacht.

3.80 Franken verschwinden in den Auslagen eines einzigen Tages. So wenig gelten Franken und Rappen noch. Wie manchem Alltag aber wird eine einmalige Auslage von 3.80 Fr. nützlich sein, wenn wir uns damit ein Jahresabonnement auf die „Gesundheits-Nachrichten“ verschaffen! Wie rasch ist ein Geburtstagskuchen verschwunden, wie verhältnismäßig rasch verblühen die Blumen, die uns als Freundschaftsbeweis dienen sollten!

Ein ganzes Jahr aber können sich die „Gesundheits-Nachrichten“ lohnen, ob wir sie nun jung oder alt, einem Einzelstehenden oder einer ganzen Familie als Jahresabonnement schenken, stets werden sie mit ihren guten Ratschlägen willkommen sein!

„Es ist eigentlich wahr“, denken nun manche Freunde, „wie gedankenlos kann man doch nur sein! 3,80 Fr. ist doch nicht teuer für das, was die „Gesundheits-Nachrichten“ ein ganzes Jahr hindurch zu bieten vermögen! — Also, ich wag's, ich bezahl sie gleich auf dem nächsten Postbureau auf das Postcheck-Konto IX 10 775 an den Verlag: A. Vogel, Teufen, ein. — In acht Tagen feiert mein Freund Geburtstag. Wie gut, daß mich die „Gesundheits-Nachrichten“ auf den Gedanken gebracht haben, ein Abonnement auf diese Zeitung zu schenken. Was könnte ich Willkommeneres geben, um lohnende Freude zu bereiten? Halt, hat nicht vor kurzem mein Bruder erwähnt, er werde die Zeitung abonnieren? Wenn er es nur nicht vergißt, sonst muß er dann eben das Mandat, das gewiß in den nächsten Tagen per Post erscheint, einlösen. Es ist zwar gescheiter, wenn ich ihn nochmals daran erinnere, damit er den Betrag sofort selbst überweist, denn sonst entstehen ihm doch noch Nachnahmespesen hinzu!“

Jeder Leser, der so fürsorglich denkt, leistet sich, den andern und unserm Verlag einen geschätzten Dienst, selbst wenn es sich für ihn nur um 3.80 Fr. handelt!

Bei Appetitlosigkeit, Magen- u. Darmbeschwerden

Verliere nicht den Mut
Valentine tut Dir gut!

Valentine-Balsam wird hergestellt nach den Rezepten der Kapuziner Pater von Notre Dames des Grâces; notariell verurkundet seit 1672.

Valentine ist mehr als Geldwert, denn er hat Goldwert.

Zu beziehen in Drogerien und Apotheken oder direkt vom schweizerischen Generaldepositor:

P. Schouwey, Fribourg, Rue des Ecoles 4

Entgifte Dich

ohne Berufsunterbrechung durch die angenehme neuzeitliche Bädekur nach Frau Prof. Schlenz
(Kräuter-Schwitzbäder)

Ausgezeichnete Wirkung bei chronischen Leiden, insbes. Zirkulationsstörungen, hoher Blutdruck, Gicht, Rheuma, Ischias, Gelenkleiden, Neuralgie, offene Wunden, Blutwundlung, Alterserscheinungen. Keine Belastung f. das Herz.

Prospekte verlangen.
HEILBAD NEUBAD
Zürich 6, Ottikerstr. 37
Tel. 28 47 11

Wir suchen wie Stecknadeln Hilfskräfte

die sich für unsern vielseitigen Betrieb eignen.

Wer daher eine spezielle Neigung zu tüchtiger Leistung und ideellem Wirkungsfeld in sich birgt, der möge sich an uns wenden, mag sein, wir haben den gewünschten Posten zu vergeben!

Auch für das **Bureau** suchen wir noch eine tüchtige Hilfe, die perfekt stenographieren u. maschinenschreiben kann.

**Kurheim und Laboratorium
A. Vogel, Teufen**