

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 8 (1951)  
**Heft:** 3

**Rubrik:** Wichtige Mitteilungen

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 26.12.2024

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



mit den Mitteln aber nicht zu lange aussetzen, sonst fängt es wieder an zu hapern. Ich darf doch sicher ohne Nachteil das Hypericum ständig nehmen?»

Es ist eine bekannte Tatsache, dass das einfache Johanniskraut nebst Schafgarbe, Arnika und Pulsatilla, woraus der Komplex besteht, vorzüglich regenerierend auf die Venen zu wirken und daher Stauungen zu beheben vermögen. Dass dadurch auch die Regelung der Periode gefördert werden kann, ist folgerichtig. Naturmittel dürfen ruhig längere Zeit eingenommen werden, da sie Mängel beheben ohne irgendwelche Nachteile mit sich zu bringen. Muss der Erfolg noch gefestigt werden, dann sollte man mit der Mitteleinnahme nicht zu früh abbrechen, viel besser ist es, die Dosis etwas zu mindern und den Körper bis zur völligen Er-starkung noch leicht zu unterstützen.

## WICHTIGE MITTEILUNGEN

### Näheres über Urin-Analysen

Wer zur Herstellung einer genauen, chemischen und mikroskopischen Analyse den Urin einschickt, der möchte beachten, dass zugleich auch die verschiedenen Angaben über Alter und Geschlecht, Darm- und Nierenfunktion etc. beigelegt werden sollen, da alles viel rascher erledigt werden kann, wenn diese Hinweise gleich im Paket vorzufinden sind. Zu beachten ist eine gut leserliche Adressangabe und eine ganz gute Verpackung, denn dass das Auspacken zerbrochener Urin-Flaschen nicht sehr angenehm ist, wird wohl allgemein begreiflich sein. Weniger als 2 dl Morgenurin sollte nicht eingesandt werden, da 2 dl für die grosse Analyse die unbedingt erforderliche Menge ist. Die verwendete Flasche muss ferner gründlich gereinigt sein, denn es geht nicht an, dass noch Petrol, Oel oder ein anderes, verunreinigendes Produkt an ihr klebt. Solche Unreinigkeiten beeinträchtigen das genaue Analyseergebnis. Auf den Samstag sollte kein Urin mehr eingesandt werden, da er sonst umständehalber bis Montag liegen bleiben muss.

Um Enttäuschungen vorzubeugen, möchte noch erwähnt werden, was durch eine vielseitige Analyse eigentlich festzustellen ist. Ersichtlich sind Funktionsstörungen der Leber, Niere, Bauchspeicheldrüse, des Herzens, sowie des Nervensystems. Vor allem lässt sich auch ein Kalk- und Vitaminmangel feststellen. Warzen, isolierte Geschwulstchen, Schwangerschaften und dergleichen sind aus der erwähnten Analyse nicht ersichtlich.

Eine jährliche Urinanalyse ermöglicht es, Frühdiagnosen durchzuführen. Ein stetiger Durst kann von der Leber oder der Bauchspeicheldrüse herrühren. Im Urin ist ersichtlich, ob ein Leberleiden im Anzug ist, oder ob der Durst auf Zucker schliessen lässt.

Eine jährliche Urinkontrolle kann daher vorbeugend ausgewertet werden und jedes zeitige Eingreifen bei entstehenden Schädigungen ist zu unserm Vorteil und Nutzen. Der bescheidene Betrag von Fr. 12.— für eine gründliche Urinanalyse darf daher ohne Bedenken jährlich einmal für unsere Gesundheit geopfert werden. Sparen wir ein belangloses Vergnügen dafür ein und schon haben wir zur Erlangung unsrer Gesundheit den Grund gelegt.

### Hinweis auf die Vorträge

Ein eingegangener Brief erwähnt folgenden markanten Satz:

«Ich war an Ihrem letzten Vortrag in Bern und war davon sehr begeistert. Wir leben nun auch nach Ihren Anweisungen und sind heute schon besser «zvägs».

Dies ist natürlich zur Nachahmung empfohlen, denn Nutzen ziehen von all den vielen Zuhörern, die bei den Vorträgen die Säle gefüllt haben, nur jene, die es nicht bei der momentanen Begeisterung bewenden lassen, sondern jene, die das Gehörte und Aufgenommene im Alltag zweckdienlich verwerten. Es ist bestimmt zu unserm Vorteil, wenn wir statt der denaturierten, entwerteten Nahrungsmittel und Fabrikkonserven zur reinen Naturnahrung greifen. Wir schaffen dadurch bessere Widerstandsfähigkeit, die wir besonders im Frühling und zur Grippezeit benötigen. Der Körper dankt uns für natürliche Ernährung und Lebensweise durch bessere Tätigkeit seiner Organe und dementsprechend besseres Wohlempfinden. Es gibt genug Schweres zu tragen in der heute so sorgenbeladenen Zeit, warum sollen wir uns da den Vorteil gesunder Lebensweise nicht zu Nutze machen?

Verantwortlicher Redaktor: A. Vogel, Teufen

## Pic-Fein salls sein!

Davon sind Sie erst recht überzeugt, wenn Sie wissen, dass infolge Lecithinzusatz dieses Speisefett äusserst leicht verdaulich ist, — sein Nährwert kommt eingesottener Butter gleich, wofür wir jederzeit garantieren.

HEINR. RUSTERHOLZ A.G. WÄDENSWIL

Ich bin 35 Jahre alt, protestantisch, mittelgross, von ruhiger und gemüthlicher Wesensart, stehe in pensionsberechtigter guter Stellung und suche mir eine

### Lebensgefährtin

Diese wünsche ich mir natürlich und fröhlich, aufgeschlossen und mit Herzensbildung. Sie soll wenigstens einermassen der neuzeitlichen natürlichen Ernährungsmethode zugetan sein. — Vertrauensvolle Zuschriften mit Photo sind erbeten unter Chiffre GN 3 an die Buchdruckerei dieses Blattes in Villmergen, Postfach 7244. Diskretion selbstverständlich.

Kinder freuen sich immer auf die schmackhaften, zuträglichen Gerichte aus



## Paidol

Verlangen Sie die beliebten Paidolrezepte kostenlos von Dütschler & Co., St. Gallen

Wir brauchen noch eine

### Hilfe auf unserem Bureau.

Wer ist sehr flink im Maschinenschreiben? Wer hegt Liebe zu den Kranken und möchte sich daran beteiligen, die rege Patientenkorrespondenz zu erledigen? Jugendliche Kräfte, die die Schönheit der Natur dem Stadtleben vorziehen, und die obgenannten Vorzüge besitzen, möchten sich sofort bei uns melden.

A. VOGEL, TEUFEN  
Laboratorium «Bioforce»

Manchem Kranken kann man einen Dienst tun durch einen Hinweis auf die Naturheilmethode, oder auf die «Gesundheits-Nachrichten».

### Warum Katarrh und Verschleimung anstehen lassen?

wenn es Mittel gibt, die Ihnen rasche und zuverlässige Helfer sein können. — Santasapina-Sirup, der rohe Tannenknospensirup (aus rohen Tannenknospen hergestellt) und Spitzwegerich-Sirup, aus rohem Spitzwegerichsaft zubereitet, wird Ihnen sofort gute Dienste leisten, wenn Sie sich erkältet haben. Wenn nötig nehmen Sie noch Kalium jod. D 4 dazu und Sie werden sehen, dass Sie sich nicht lange mit diesen Störenfriedern der Herbstnebelzeit herumzuplagen haben.

Erhältlich im Reformhaus, wo nicht, direkt beim Laboratorium «Bioforce» in Teufen (App.).