Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 9 (1952)

Heft: 2

Rubrik: Aus dem Leserkreis

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 16.07.2025

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

dicken, grünen Masse zum Vorschein und um 11½ Uhr nochmals 8 Steine separat. So einfach lässt sich eine Gallensteinkur durchführen, wenn es dazu auch etwas Ueberwindung und guten Willen, nebst reichlichem Durchhalten benötigt. Die Patientin berichtete dann ferner noch, dass nach dieser Prozedur der Urin zuerst dunkelbraun, fast grünschwarz weggegangen sei, um dann zwischen hell und dunkel zu wechseln. Erst nach 14 Tagen war auch der Urin wieder normalisiert und geregelt. Nicht nur auf die Galle hat diese Kur gut gewirkt, denn die Patientin berichtete auch noch, dass sie seit der Kur ungestörte Nächte habe, da sie durchschlafen könne, während sie früher 4—5mal aufstehen musste, um das Wasser zu lösen. Sie hat allerdings gleichzeitig auch noch die Pflege der Nieren berücksichtigt und Nierentee mit Solidago eingenommen, um die Nierentätigkeit günstig zu beeinflussen. Nach Einnahme der Lebermittel kehrte auch das richtige Kraftempfinden wieder zurück und die Patientin schrieb, sie fühle sich morgens nun jeweils wie ein Held!

Solche Berichte sind erfreuend und vor allem ein Ansporn für solche, die öfters unter Gallensteinen zu leiden haben. Wer die Kur mit Erfolg durchführt, wird sich eine Operation ersparen können und seine Gallenblase wird ihm bei sorgfältiger Schonung und entsprechender Schondiät gewiss wieder gute Dienste leisten.

Drüsenstörungen im jugendlichen Alter

Es ist erfreulich aus nachfolgendem Bericht zu erkennen, welch überaus günstigen Einfluss eine naturgemässe Behandlung mit Naturnahrung und Naturmitteln bei Drüsenstörungen Jugendlicher bewirken kann. Familie L. aus K. berichtete im August 1951 über den Zustand ihres 14jährigen Knaben:

«Auf Anraten von Herrn B. haben wir heute bereits Urin von unserm kranken Jungen an Sie abgeschickt zwecks einer Harn-Analyse. Wir möchten Ihnen nun nur noch kurz den bisherigen Krankheitsverlauf unsres Knaben mitteilen. Traugott leidet schon einige Jahre an Drüsenstörungen, die sich zuerst nur in aussergewöhnlicher Gewichtszunahme, verbunden mit viel Müdigkeit, bemerkbar machten. Eine längere Behandlung bei einem Kinderarzt durch Einspritzen von Hormonen brachte keine Besserung. Der Zustand verschlimmerte sich im letzten Jahr immer mehr, so dass der Bub Mühe hatte, in der Schule mitzukommen, während er vorher ein sehr guter Schüler war. Zudem machte sich neben der Müdigkeit auch Unlust zum Lernen, dazu starke Nervosität und Herzbeschwerden bemerkbar. Hauptsächlich die Herzbeschwerden wurden im Februar dieses Jahres so unerträglich, denn es stellte sich fast andauernde Uebelkeit ein, starkes Herzklopfen und Druck oder Stechen im Herzmuskel, so dass wir den Jungen von der Schule beurlauben lassen mussten. Keine Nacht konnte der Bub mehr durchschlafen, und er bekam oft richtige Angstzustände. Auch gegen Erkältung wurde Traugott nun sehr anfällig. Daneben leidet er auch jetzt noch sehr oft an Verstopfung und geringem Urinabgang, dass er manchmal Schmerzen in der Nieren- und Blasengegend verspürt. — Nun war der Bub 10 Wochen in einem Sanatorium im Schwarzwald. Dort ging es ihm schon vom ersten Tag an wesentlich besser in der guten Höhenluft, während er hier unter dem Klima sehr leidet. Er konnte dort bald grössere Spaziergänge machen ohne Herzbeschwerden und auch nachts wieder durchschlafen. Die Drüsenbehandlung bestand dort aus einer eiweissreichen Diät, die ihm sehr gut bekam. Ueberhaupt fühlte sich der Junge im Schwarzwald so richtig wohl, denn seine Beschwerden verloren sich zusehends. Der Arzt in dort glaubte dann auch, wir könnten den Buben nun beruhigt nach Hause nehmen. Zwar sagte er, dass Rückschläge wohl nicht ausbleiben würden, da nach seiner Ansicht noch 2 Jahre bis zum völligen Abklingen dieser Drüsenstörungen vergehen könnten. Nun ist der Junge seit 8 Tagen wieder daheim, aber leider haben sich in dieser kurzen Zeit die alten Beschwerden schon wieder bemerkbar gemacht. Er klagt bereits wieder über Herzdruck, Uebelkeit und auch Kopfweh. — Nachdem eine gründliche Herzuntersuchung ergeben hat, dass sein Herz organisch gesund ist, besteht doch sicher die Möglichkeit, den Jungen durch geeignete Medikamente wieder zu stärken und zu kräftigen, damit er die Klimaverhältnisse hier leichter überwinden kann, ebenso seine Drüsenstörungen?»

Die Antwort lautete folgendermassen: «Es ist eine delikate Sache bei Ihrem Sohn. Ich kenne die Faktoren aus reichlicher Erfahrung, und es wäre am allerbesten, er könnte einige Zeit in der Höhe bleiben oder ans Meer gehen. Das Meer würde ihn rascher in Ordnung bringen, denn die gute, jodhaltige Luft würde die Sekretionsstörungen, die von der Schilddrüse und von der Keimdrüse, wie auch von der Hypophyse ausgehen, beseitigen. Es würde wieder ein inneres Gleichgewicht eintreten. — Die Urinanalyse zeigt nur, dass er enorm viel Chloride (Kochsalz) im Wasser hat. Er sollte ganz kochsalzarm ernährt werden, denn Salz ist für ihn wie Gift. Ich würde in einem solchen Falle viel Rohkost empfehlen und zwar mit viel Kohl und Kabis und rohen Kartoffeln, die man fein geraffelt der fertigen Suppe beigeben kann. Zur Rohkost kann man ferner Naturreis, ganzen Weizen, ganzen Roggen und Buchweizen geben, während man weissen Zucker und Weissmehlprodukte ganz weglassen sollte. Als unterstützende Mittel sind zu empfehlen: Calcium-Komplex, Drüsenmittel P D 4, Galeopsis und Solidago. Mit diesen Mitteln wird man etwas vorwärtskommen. Es wird nachträglich allerdings noch stärkere Mittel benötigen, nur wollen wir jetzt einmal beobachten, wie er auf die erwähnten reagiert...» Ferner wurde auch noch die Atemgymnastik empfohlen, die im Artikel «Atem ist Leben» in der Juni- und Julinummer erklärt worden ist.

Es braucht zur Regenerierung solch schwieriger Drüsenstörungen Zeit und Geduld, denn forcierte Methoden können den Erfolg nicht erzwingen. Obwohl wir also eine einsichtsvolle Geduldsprobe in Aussicht stellten, kam doch nach ca. einem Monat ein erfreulicher Bericht darüber, dass der Allgemeinzustand sich wesentlich gebessert habe, und dass dieser erstaunlicherweise selbst während der Schulzeit andaure. Aus der Müdigkeit, die sich nur noch über den Mittag einstellte, vermochte sich der Junge jeweils wieder aufzuraffen und Freude und Lust zum Lernen stellte sich wieder ein. Auch die Herzbeschwerden waren besser und das Gefühl der Uebelkeit ganz behoben. Selbst der Schlaf war wieder gut. — Die salzlose Kost machte dem Jungen gar nichts aus, sondern bekam ihm sehr gut. Was noch behoben werden musste, war eine zeitweise Verstopfung mit Sodbrennen im Magen und ein Druck in der Nierengegend an kühleren Tagen. Auch musste sehr vorsichtig darauf geachtet werden, dass man den immerhin schönen Erfolg nicht etwa beeinträchtigte. Die Mitteleinnahme musste fortgesetzt und das Sodbrennen nebst der Uebersäuerung mit Centauritropfen bekämpft werden. Gegen die Verstopfung wurden natürliche Mittel, wie Leinsamen oder Flohsamen eingesetzt. Um die Säureproduktion zu meiden, mussten auch Früchte nur sehr sparsam genossen werden. Zur Beruhigung der Nerven diente Avena sativa und die Kostumstellung musste beibehalten werden. Dies alles wurde weiter befolgt und über die Weihnachtszeit konnte der Junge eine Nachkur im Schwarzwald durchführen. In der Höhe sind seine Drüsenstörungen immer ohne Medikamente behoben. Erstaunlicherweise aber leisten im Tiefland die Naturmittel ziemlich den gleichen Erfolg wie ein Höhenaufenthalt. So schreiben die Angehörigen des Knaben am 2. Januar dieses Jahres und fügen noch bei:

«Traugott fühlt sich durch Ihre Arznei so gestärkt, dass er von seinen frühern Beschwerden nicht mehr viel merkt. Er kann sich nun auch in der Schule wieder viel besser konzentrieren und hat wieder richtige Freude am Lernen. Ohne Ihre Mittel würde er aber sicher dies alles nicht schaffen, denn er spürt jeden Tag, wie sie ihm gut tun. Wir sind deshalb recht dankbar für die Hilfe, da wir Traugott sonst hier in unserm Klima mit Nebel usw. nicht daheim behalten könnten, solange seine Drüsensache nicht völlig ausgeheilt ist.»

Solche Berichte sind erfreulich, wenn man bedenkt, dass der Knabe im vergangenen Sommer überhaupt nicht mehr lernen konnte und keinen Lebensmut mehr hatte zufolge seines Zustandes. Höhenluft und Höhensonne sind bei solchen Störungen natürlich sehr vorteilhaft. Muss man aber darauf verzichten, dann ist bestimmt mit den Naturmitteln viel erreicht worden, wenn sie den gleichen Erfolg zeitigen konnten trotz den belastenden klimatischen Verhältnissen.

AUS DEM LESERKREIS

Rasche Behebung chronischer Verdauungsstörungen

Eine Diakonissin, die bereits 65 Jahre alt ist, hatte seit vielen Jahren unter chronischen Verdauungsstörungen zu leiden. Sie schrieb anfangs November 1951 wie sich diese Störungen äusserten:

«Starke Magensenkung, erschlaffte Darm- und Magenwandungen, infolge starker Gasentwicklung und zuviel Magensäure. Immer Beschwerden. Unser Hausarzt kann nicht helfen. Ich habe volles Vertrauen zu Ihnen und wäre sehr dankbar, die volle Wahrheit zu hören, ob dieser Zustand noch zu heilen ist?»

Die Urinanalyse zeigte, dass Nierenmittel notwendig waren, ferner ein biologisches Kalkpräparat nebst den Lebermitteln. Für den Magen wurden Centauritropfen nebst Gastronol eingesetzt und die Ernährung auf reine Naturnahrung umgestellt. Schon am 9. Dezember 1951 schrieb die Schwester wie folgt:

«Mit grossem Dank darf ich bezeugen, dass Ihre Mittel sehr gute Wirkung haben, nebst der von Ihnen verordneten Ernährung. — Freue mich, Ihnen mitzuteilen, dass sich nach 5-wöchiger Kur der Zustand stark gebessert hat. Die Magensäure, die mir soviel Beschwerden verursachte, samt den Blähungen sind zurückgegangen, auch die jahrelange Verstopfung ist fast ganz behoben. Ich trinke jeden Mittag vor dem Essen 3/4 Glas Rüebli- oder Randensaft. Esse daraufhin Gemüse, Spinat, Endivie, Chicorée, Rüebli usw. Koche selber ohne Salz. Habe mich am 24. November gewogen. Nach 16 Tagen war das Gewicht ganz gleich. Die ersten 14 Tage war es schwer. Hatte 3mal Erbrechen müssen, seitdem aber nicht mehr. — Bin Ihnen so dankbar für diese Wohltat! Die Oberschwester freut sich mit mir. Werde Ihnen später wieder berichten.»

Solche Berichte sind erfreulich, zumal es sich um chronische Leiden handelt, auch hat die Patientin bestimmt ein arbeitsreiches Leben hinter sich. Dies mag wiederum manchem Mut geben, gegen seine Uebel ebenfalls mit Ausdauer und naturgemässer Behandlung vorzugehen.

Kohlblätterzeugnis

Dass Kohlblätterauflagen bei mancherlei Erkrankungen eine gute Wirkung haben, wissen unsere Leser durch die entsprechenden Abhandlungen vom letzten Jahre bereits schon. Manchem mag es zwar ein wenig sonderbar erscheinen, dass der unscheinbare Kohl solch gesundheitsfördernde Wirkung besitzen soll, und er lässt sich gerne durch entsprechende Zeugnisse überzeugen, denn praktische Erfahrung ist ja in jeder Hinsicht beweiskräftig. Ein solches Zeugnis ging am 9. November 1951 durch Frau S. aus G. bei uns ein. Die Patientin schrieb unter anderem:

«Kann Ihnen mit Freuden mitteilen, dass ich mit den Kohlblättern gute Erfahrungen gemacht habe. Ich habe beim Zusammenpacken zum «Zügeln» solch heftigen Rheumatismus aufgelesen, dass ich den rechten Arm kaum mehr bewegen konnte. Ich hatte furchtbare Schmerzen, auch über die Achsel und den Nacken. Da habe ich schnell zu den Kohlblättern gegriffen und Tag und Nacht damit Umschläge gemacht. Tag für Tag ging es besser und am vierten Tag hatte ich keine Schmerzen mehr. — Dieser Tage habe ich auch meinem Sohn bei Fieber und Husten Kohlblätter aufgelegt. Auch da zeitigten sie guten Erfolg. Die Blätter wurden immer ganz braun und dürr, derart wird durch sie das Gift aus dem Körper gezogen. Es ist wunderbar, und ich möchte Ihnen bestens danken für den guten Rat.»

Schon manchem ist durch dieses einfache Mittel wesentlich geholfen worden, denn es zieht nicht nur Gifte aus dem Körper heraus, sondern gibt ferner auch noch heilende Stoffe ab und dieser Doppelwirkung ist der gute Erfolg zu verdanken. — Es will mit diesen Erwägungen nun aber nicht behauptet werden, dass Kohlblätterauflagen ganz einseitig, ohne jegliche Zuhilfenahme und Unterstützung anderer Heilmittel und Anwendungen sämtliche Uebel beheben könnten. Nein, in leichtern, akuten Fällen mag dies schon gelingen, in andern aber sind Kohlblätterauflagen als zusätzliche Heilmethode wirklich förderlich und sollten nicht ausser Acht gelassen werden.

WARENKUNDE

Ueber die Hefe

Schon vor 30 Jahren haben Engländer mit Hefe und Hefe-Extrakt interessante Versuche durchgeführt. Sie haben nämlich Forschungsreisenden und Expeditionen Hefe-Extrakt als konzentrierte Nahrung mitgegeben. In bezug auf Gewicht und Volumen eignete sich dieses Produkt besser als irgend ein anderes Nahrungsmittel, denn mit 1 kg Hefe-Extrakt kann man sich länger über Wasser halten als mit irgend einer andern konzentrierten Nahrung. Den Wert der Hefe kannte man durch die praktischen Versuche, obwohl damals der Vitaminfaktor der Hefe noch nicht erforscht war. Wenn heute Hefe- und Hefe-Extrakt als eines der besten konzentrierten Nahrungsmittel taxiert wird, dann geschieht dies bestimmt mit Recht und unter Berücksichtigung der Erfahrungen, die man damit gemacht hat.

Hefe enthält verschiedene B-Vitamine, vor allem B^1 und ist somit zur Regulierung der Zellatmung, also als Atmungsfaktor für die Zellen von grosser Bedeutung. Ferner ist Hefe für das ganze Nervensystem von grossem Nutzen, auch wird der Kohlehydratabbau nur richtig vor sich gehen, wenn genügend Vitamin B^1 vorhanden ist. Die Hefe kann demnach an diesem Vorgang einen wesentlichen Anteil haben.

Auch Prof. Abderhalden hat sich in der Hinsicht in seinen Schriften über die Hefe und den Hefe-Extrakt geäussert und diese sogar als eine Art pflanzliches Insulin bezeichnet. Wer also mit schlechter Bauchspeicheltätigkeit zu tun hat, kann diese mit Einnahme von Hefe und Hefe-Extrakt anregen, vor allem auch, wenn die innere Sekretion nicht in Ordnung ist, wenn also die Langerhans'schen Inseln zu wenig arbeiten und zu wenig Insulin absondern. Zuckerkranke sollten daher als Würzstoff Hefe-Extrakt verwenden. Sie können damit auch belegte Brötchen zubereiten und diese zudem noch mit Zwiebeln belegen, um zugleich auch noch die Schwefelwirkung der Zwiebel profitieren zu können.

Hefe und Hefe-Extrakt soll aber nicht in grösseren Mengen eingenommen werden, sondern nur in kleinen Quantitäten, dafür aber regelmässig.

Hefe, die noch lebendig ist, hat einen gewissen Nachteil, was im besondern betont werden muss, denn wenn die lebendigen Hefepilze in den Darm kommen, verursachen sie meist Gärungen und Darmgase, wodurch dann unliebsame Schwierigkeiten entstehen können. Wenn die Darmflora in guter Ordnung ist, wird dies nicht der Fall sein, wer jedoch empfindlich ist, sollte statt zur lebendigen Hefe zum Hefe-Extrakt greifen. Seine Anwendung ist einfach und besser, denn er kann sowohl als Brotaufstrich verwendet werden, wie auch als flüssiger Würzstoff, indem man den Extrakt mit warmem Wasser auflöst.

Bekannt ist auch die hervorragende Wirkung von Hefe und Hefe-Extrakt bei Furunkulose. Wer zu dieser Krankheit neigt, sollte unbedingt längere Zeit regelmässig in kleineren Quantitäten Hefe-Extrakt einnehmen. Dies gilt auch für alle, deren Wunden schlecht heilen. Auffallend ist, dass durch die Einnahme zu grosser Hefemengen Furunkulose provoziert werden kann. Es bestätigt dies wiederum das homöopathische Prinzip, dass ein Stoff, der bei mässiger Einnahme heilt, in zu grossen Mengen eingenommen, gerade die bekämpften Störungen auslösen kann.

Hefe und Hefe-Extrakt wirken ferner ebenfalls bei Störungen des Allgemeinbefindens ausgezeichnet.

Die Einnahme von Hefe-Extrakt beeinflusst auch alle neuralgischen Schmerzen gut, schmerzhafte Nerven-Entzündungen, Trigeminus-Neuralgien und anderes mehr.

Auch während der Schwangerschaft ist es sehr nützlich, wenn regelmässig Hefe-Extrakt als Vitamin B-Träger eingenommen wird.

Ferner finden Magen- und Darmleidende, wie auch alle diejenigen, die mit Kreislaufstörungen zu tun haben, im Hefe-Extrakt ein hervorragendes Nahrungsmittel. Somit erfüllt der Hefe-Extrakt die Bedingungen, die schon die Forscher des Altertums an Nahrungsmittel stellten, denn ihre Forderung lautete: «Nahrungsmittel sollen Heilmittel und Heilmittel sollen Nahrungsmittel sein».

Früher wurde vorwiegend Bierhefe verwendet, die als solche gut ist, aber leider den Nachteil besitzt, dass noch Bitterstoffe dabei sind, die geschmacklich stören. Das Entbittern gelingt nicht immer völlig, zudem werden dabei verschiedene Werte beeinträchtigt. Wo also die Möglichkeit gegeben ist, ist es besser, wenn Reinkulturhefe-Extrakt Verwendung finden kann.

Ein Reinkulturhefe-Extrakt, der sich gehaltlich, wie auch geschmacklich als sehr hervorragend erwiesen hat, ist das Vitam R, das in Deutschland schon seit vielen Jahrzehnten in allen Reformhäusern erhältlich ist. Auch in der Schweiz war dieses Produkt vor dem Kriege in den Reformhäusern zu finden. Durch die Kriegsereignisse aber ist es, wie noch manches andere, nicht mehr habhaft gewesen. Es ist daher sehr zu begrüssen, dass die Schwierigkeiten wieder behoben und dieser Reinkulturhefe-Extrakt auch bei uns in den Reformhäusern wieder erhältlich ist.

Verantwortlicher Redaktor: A. Vogel, Teufen