Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 9 (1952)

Heft: 2

Rubrik: Warenkunde

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: 12.07.2025

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

«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