Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 9 (1952)

Heft: 11

Rubrik: Unsere Heilkräuter

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

ist nun wie aufgeblasen. Ein leichter Druck auf den Magen schmerzt sehr stark, ebenfalls schmerzen alle Bewegungen. Mit der «Bärendreck»-Kur habe ich aufgehört.»

So geht es dann und mit der Zeit kommt das einfache Naturmittel dadurch in Misskredit. Wie bereits schon erwähnt, genügen also 20—30 g pro Tag vollständig und diese werden jedenfalls dann keine Beschwerden mehr hervorrufen. Nun ist es aber schade, dass die Schulmedizin nicht auch den rohen Kartoffel- und Kohlsaft als Heilmittel gegen Geschwürbildung zu kennen scheint. In Amerika ist man zwar schon so weit, nur besteht dort wiederum die Gefahr, an Stelle der frischen Rohsäfte Konservensäfte zu setzen, was dann wiederum mit einem Misserfolg enden wird. Wer also nicht zu bequem ist, wird täglich morgens nüchtern und abends vor dem Zubettegehen eine kleine oder eine halbe Kartoffel raffeln und auspressen und den Saft, wenn er nicht gerne genommen wird, mit etwas warmem Wasser verdünnt, trinken. Der rohe Kohlsaft, ungefähr 30 bis 50 cm^3, kann mittags der angerichteten Suppe beigegeben, aber nicht etwa mitgekocht werden. Dem Kartoffelsaft kann man zugleich noch zehn Tropfen Hamamelis virginica beifügen. Ein ausgezeichnetes Heilmittel sind ferner noch die Centauritropfen, also der Frischpflanzenextrakt aus dem Tausendguldenkraut. Auch Gastronol hilft mit das Geschwür heilen. Mit weissem Lehm wird man die ganze Darmflora reinigen. Dass auch eine gute Essenstechnik mit gründlichem Kauen, tüchtigem Einspeicheln und langsamem Essen notwendig ist, sollte jedem Kranken einleuchten. Wichtig ist natürlich auch noch, was gegessen wird und da ist wiederum das Gewicht auf die reine Naturkost zu legen. Alles Denaturierte ist zu meiden, auch gekochte Eier, Käse, Wurstwaren und Konserven. Oft ist auch übermässiger Kochsalzgenuss zum Teil mitverantwortlich an der Geschwürbildung, weil gerade durch zu reichlichen Chlorgehalt zuviel Magensäure gebildet wird. Kochsalz sollte also möglichst gemieden und durch Vitam-R, ein Reinkulturhefeprodukt, ersetzt werden.

Vorteilhaft sind auch noch folgende Anwendungen im Wechsel. Man legt auf die schmerzenden Stellen gequetschte Kohlblätter und wechselt, wenn diese zu stark wirken, mit Lehmwickeln ab.

Es braucht ein wenig mehr Mühe, um diese Kur durchzuführen, als wenn man bloss «Bärendreck» schlucken muss, doch ist der Erfolg auf diese Weise umdesto eher gesichert und was ist dem Patienten lieber, als von seinen Schmerzen durchgreifend geheilt zu werden!

UNSERE HEILKRÄUTER

Ilex aquifolium (Stechpalme)

«Der Herbst ist wirklich ein berühmter, wenn nicht überhaupt der beste Maler, den wir weit und breit kennen!» So erklärte die Fichte der bescheidenen Stechpalme, die ihrerseits das Lob bestärkte. «Ja,» erwähnte sie, «jede Jahreszeit hat ihre besondern Reize, aber auch ich finde, dass besonders der Herbst zur Seele des Naturfreundes spricht. Schau' dir doch nur einmal die Buche in ihrem roten Kleide an, während der Ahorn in einem wunderbaren Gelb leuchtet, rotgold aber steht die Lärche wie ein flammender Lichtkegel im Kreise der dunkeln Tannen, und der Kirschbaum am Waldrand hat Blätter wie eine goldene Glut mit roten Spitzen, die im Schein der Morgensonne leuchten. Nein, ich kann mir nichts Schöneres vorstellen, als solch einen Mischwald im bunten Herbstzauber. Welch' tiefe Stille uns doch umgibt, nur einige verspätete Tautropfen, die die Sonne noch nicht aufgeleckt hat, hört man zur Erde fallen. Und schau dir doch nur einmal jene Ahornsamen an, lautlos kreisen sie wie kleine, niedliche Propeller zu Boden und mit ihnen gleiten die fallenden Blätter wiegend zur Erde. Schon bedecken diese den ganzen Waldboden, der dadurch wie ein bunter Teppich mit unregelmässigem Muster aussieht. Wer die Augen offen hat, kann sich wirklich an der Mannigfaltigkeit des Herbstes erfreuen!» Fast überschwenglich empfand die Stechpalme den schönen Herbsttag und die Eibe, die versonnen neben ihr stand, stimmte ihr zu. Freundlich lächelte die Fichte zu den beiden hinunter, die dicht neben ihrem Stamme standen. «Da schwärmt ihr zusammen über die herbstliche Pracht und denkt dabei gar nicht an euch selbst, und dabei leuchtet auch ihr in euerm unverwünstlichen Grün, das mit schönen, roten Beeren verziert ist. Schön das, wirklich schön!» «Ei, freilich, auch wir haben ein besonderes Herbstkleid,» tröstete sich die Stechpalme. «Die Eibe hat wenigstens Nadeln und von diesen weiss man, dass sie beständig sein können, ich aber bin der einzige Baum oder Strauch hier im Walde, der seine grünen Blätter durch den Winter trägt, die kein Sturmwind genügend schütteln kann, dass sie ihr Grün verlieren, um wie alle andern Blätter kraftlos zur Erde fallen zu müssen.» «Das wirst du ihrer Zähigkeit zu verdanken haben, denn genau so ausdauernd wie unsere Nadeln sind auch deine Blätter,» erklärte die alte Fichte. «Warum willst du darob traurig sein? Ist es nicht auch schön, wenn man dem Winter trotzen kann? Zudem siehst du zusammen mit der Eibe wirklich allerliebst aus mit deinen roten Beeren. Schon gestern hat eine Amsel nach dir geschaut, um festzustellen, dass du für sie wieder winterlichen Vorrat bereit hältst!» «Ach, nun begreife ich, dass unser Schmuck so knellend rot sein muss, denn wer würde sonst im Winter bei uns Nahrung vermuten? Ich finde es im Grunde genommen auch recht schön, dass zwischen meinen glänzend grünen Blättern meine Früchte wie rote Kügelchen hervorleuchten dürfen. Ob sie wohl auch den Menschen etwas Besonderes zu sagen haben?» «Ei, freilich, weisst du das denn nicht?» fragte erstaunt die Fichte. «Zwar sind deine Beeren für sie nicht ohne weiteres harmlos, denn wer sie isst, kann Erbrechen und Durchfall bekommen. Gleichwohl bergen sie aber Heilkräfte in sich, die einst bekannt waren, heute aber nur noch für wenige etwas zu bedeuten haben. Deine Beeren enthalten ungemein wertvolle Stoffe, die für das Herz und die, in gewissen Drüsen geschaffenen geheimen Kräfte des Lebens als Antrieb dienen. Man muss jedoch die Mengen genau kennen, die diese wichtigen Motoren des Lebens benötigen. In vielen starken Stoffen sind wunderbare Heilkräfte verborgen, wenn es einem gelingt, die wohltuend wirksame Dosis herauszufinden, die zum Heil für viele wirksam sein kann!» «Ach, jetzt erst verstehe ich, warum ich solch stachlige Blätter habe,» äusserte erstaunt und zufrieden die Stechpalme. «Immer und immer wieder habe ich mich darüber gewundert, warum ich doch wohl so struppig sein müsse, denn im Grunde genommen meine ich es doch gut mit allen. Wie leicht könnten doch sonst die Kinder kommen und meine roten Beeren zu ihrem Unheil geniessen. Dann könnte es ihnen beinahe ergehen, wie jenen Kindern, die glaubten, dass die Nadeln der Eibe Würmer vertreiben können. Wisst ihr noch, wie traurig es war, weil wir sie nicht von ihrem Irrtum abhalten konnten? Wie leichtes Säuseln des Windes war für sie unsere Warnung. Schon für Ziegen und Pferde sind die Eibenzweige gefährlich, kein Wunder, wenn zarte Kinder durch deren Genuss ihr Leben einbüssen müssen. Nun bin ich also beruhigt, dass ich in meinen stechenden Blättern solch abwehrenden Schutz für Kinderhände besitze!» «Und gerade diese Blätter,» meinte nun die zapplige Espe, die beim geringsten Hauch des Windes ihre Blätter hin und herschwenkte, so dass man darob ganz aufgeregt werden konnte, «gerade diese stachligen, abwehrenden Blätter haben schon manchem fieberkranken Kind und Erwachsenen geholfen. Besonders, wenn das gefürchtete Grippegift in den Bronchien stecken blieb, oder wenn gar eine Lungenentzündung ausgebrochen war, konnte ein Tee aus deinen Blättern beachtliche Hilfe leisten.» «So ist es,» bestätigte die goldene Lärche, «aber ein Tröpfchen Lärchenharz unter deinen Tee gemengt, hat jeweils ebenfalls zur raschern Gesundung beigetragen.» Zufrieden hatte die Stechpalme all das Wissenswerte mitangehört. «Dass wir alle als eine grosse Sippe

heilwirkender Pflanzen gemeinsam gegen Leid und Not zu helfen und zu heilen vermögen, erhöht meine Lebensfreude und bestimmt auch die eure. Nur Unvorsichtigkeit und Unkenntnis kann das, was zum Heile geschaffen worden ist, in Leid verwandeln, darum ist es gut, wenn man den Tag nicht verträumt, denn Wissen und Geschicklichkeit schöpft man nur aus fleissigem Bemühen. Denken und Forschen lohnt sich, darum wollen wir uns wieder einmal über solch wichtige Fragen zusammen unterhalten.» Diesem Vorschlag der Stechpalme stimmten alle freudig zu und ein prächtiger Herbstmorgen endete befriedigt in sinnvoller Betrachtung und gegenseitigem Gedankenaustausch.

FRAGEN UND ANTWORTEN

Anfragen durch den Fragekasten sind für alle Abonnenten der „Gesundheits-Nachrichten" gratis. Für briefliche Rückantwort ist eine 20er-Marke beizulegen. Anfragen sind direkt an A. Vogel, Teufen (Appenzell) zu richten.

Sehnenscheidenentzündung

Wer schon unter diesem Uebel gelitten hat, weiss, dass es Geduld braucht, solches wieder zu heilen. Frau P. aus S. schrieb am 9. März dieses Jahres um diesbezügliche Hilfe für ihren Mann, wie auch für den Sohn:

«Mein Mann und mein Sohn haben in einem Handgelenk bei etwas strenger Arbeit Schmerzen. Der Sohn war schon in ärztlicher Behandlung, und es hiess, es sei eine Sehnenscheidenentzündung, was nur zu beheben sei durch Gipsverbände für einige Wochen. Es hat dann auch gebessert, aber nur für kurze Zeit, und dann war die gleiche Sache wieder da. Und nun hat mein Mann die gleiche Geschichte auch bekommen. Er war aber noch nicht bei einem Arzt. Nun möchte ich Sie fragen, ob Sie vielleicht ein Heilmittel dafür hätten?»

Den beiden Patienten wurde geraten, die schmerzende Hand zu schonen, sie also nicht übermässig anzustrengen. Dann wurde folgende Anwendung verordnet. Die schmerzende Stelle musste mit Wallwurztinktur eingerieben werden und zwar im Wechsel mit Einreibeöl. Nachts erfolgten aufs Gelenk warme Lehmwickel, mit Zinnkrauttee und gelbem Lehm zubereitet und mit einem warmen Tuch umwunden. Die folgende Nacht wechselte man die Anwendung, indem nun Kohlblätterauflagen erfolgten, die mit gequetschten Kohlblättern und ebenfalls einem warmen Tuch vorgenommen wurden. Innerlich kamen Hypericum- und Calcium-Komplex zur Anwendung. Ferner wurden viel Rohsalate aus Rüebli, Kohl und Kabis, fein geraffelt, verordnet, da in solchen Fällen der Mineralstoffgehalt der Rohgemüse sehr günstig wirkt. Schon am 22. Mai konnte Frau P. erfreut schreiben:

«Bei meinem Mann hat es fast restlos gebessert. Er spürt sozusagen nichts mehr.»

Da beim Sohn diese Besserung noch nicht festgestellt werden konnte, weil die Erkrankung viel stärker aufgetreten war, verlangte Frau P. noch stärkere Mittel für ihn, worauf wir noch das Kieselsäurepräparat Galeopsis zusandten wie auch noch das pflanzliche Antibiotika Usnea, das aus Lärchenmoos hergestellt wird, gegen Entzündungen sehr gut wirkt und auch die Widerstandskraft des Körpers erhöht. Um die Wirkung der Lehmwickel zu mehren, legten wir noch Johannisöl bei, das unter den Lehmbrei gemengt werden sollte. Die Anwendungs- und Ernährungsvorschriften mussten fernerhin gewissenhaft beachtet werden. Am 3. August 1952 erfolgte dann der befriedigende Bericht:

«Auch bei meinem Sohn hat es nun schön gebessert. Er klagt nie mehr über Schmerzen. Dass man bei ihm immer etwas auf der Hut sein muss, das begreife ich. Mein Mann spürt gar nichts mehr.»

Es ist begreiflich, dass man die Empfindlichkeit zu solchem Leiden mit Sorgfalt berücksichtigen sollte und durch Stärkung des Allgemeinzustandes und durch Erhöhung der Widerstandskraft kann das Erreichte erfolgreich gefestigt werden.

Weitere Hilfeleistung

Auch für sich selbst nahm Frau P. zur gleichen Zeit unsere Ratschläge zu Hilfe. Ihr Herz war jahrelang geschwächt, was sie indes als Bauernfrau nicht gut gebrauchen konnte. Zudem war sie noch durch einen schweren Unfall behindert worden, da dieser einen Schädelbruch und eine Schädigung im Rücken zur Folge hatte. Diesem Uebelstand suchte die Patientin durch längere chiropraktische Behandlung beizukommen. Zur Stärkung und Regenerierung des Herzens erhielt die Kranke am 28. Mai Herztonikum und Avena sativa. Da sie auch noch über Thrombosen zu klagen hatte, musste sie ferner noch die Venenmittel Hypericum- und Calcium-Komplex nebst Aesculus hippocastanum einnehmen. Auch ihr wurde reine Naturkost verordnet und an Stelle von Salz das Reinkultur-Hefeprodukt Vitam-R. Nach circa zwei Monaten, am 3. August, erfolgte dann ein erfreulicher Bericht:

«Nachdem ich nun Ihre Medikamente fertig eingenommen habe, möchte ich Ihnen doch auch etwas Bericht geben über meinen Gesundheitszustand. Es hat bei mir schön gebessert. Anfänglich hatte ich noch 3 bis 4 Herzanfälle. Dann waren sie aber immer schwächer, und dann hatte ich etwa 14 Tage gar keine mehr. Als dann die Periode kam, hatte ich am ersten Tag noch einen Anfall, dann aber blieben weitere Anfälle aus. Auch mit den Beinen habe ich es viel besser. Seit 4 Wochen habe ich jetzt meine Beine nicht mehr eingebunden, und es geht ganz gut. Man sieht auch gar keine blauen Adern mehr, auch Schmerzen habe ich nicht mehr gehabt. Welch ein Glück! Vier Jahre hatte ich die Beine täglich einbinden müssen. — Oberhalb meines rechten Auges hatte ich seit ungefähr 10 Jahren einen dunkelbraunen Fleck, der ungefähr so gross war wie ein Zehnrappenstück. Er sah aus wie eine Warze und ein Muttermal darauf. Seit ich nun von Ihren Medikamenten eingenommen habe, entschwindet der Fleck immer mehr, so dass man bald nichts mehr davon sieht. Bei Beginn der Kur wurde der Fleck auf einmal ganz hoch, und nachher ist er zusammengesunken und verschwindet nun. Könnte das eventuell mit der Leber zusammenhängen?»

Da der Fleck ganz dunkelbraun war, ist es nicht ausgeschlossen, dass die Leber daran beteiligt war, eher aber mag es sich um eine Zellwucherung gehandelt haben, die nun durch die günstige Beeinflussung wieder behoben werden konnte. Ohne den Fleck gesehen und kontrolliert zu haben, kann man auch nicht mit Bestimmtheit feststellen, um was es sich handelte. Auf alle Fälle ist der Erfolg ein recht erfreulicher und spornt gewiss auch manche Leser an, gegen ihre Uebel ebenfalls mit Ausdauer vorzugehen und zwar mit den hilfreichen Naturmitteln.

Schwerwiegendes Magen- und Leberleiden

Es ist erfreulich, dass auch schwerwiegende Krankheitsfälle durch die geeigneten Naturmittel und durch ausschliessliche Naturkost zum Stillstand gebracht werden können. Dies zeigt folgender Bericht von Frl. M. aus Z. Sie schrieb am 26. Juni 1952:

«Leider ist meine 56jährige Mutter schwer erkrankt. Nachdem sie lange Zeit unter Müdigkeit litt und stark abmagerte, suchte sie endlich den Arzt auf. Aber leider schon zu spät. Der Arzt sagte nach der Operation, der Magenkrebs sei schon weit fortgeschritten, auch habe sich herausgestellt, dass die Leber schon angegriffen sei. Trotzdem mein Glaube an eine Besserung manchmal schwankt, möchte ich es nicht unterlassen, mein Möglichstes zu tun. Bereits nimmt meine Mutter Mittel aus Ihrem Laboratorium. Petasites, Urticalcin, Conium maculatum D 4. Sie trinkt auch abwechselnd Orangen-, Rüebli-, Kartoffel- und Kabissaft. Sie fühlt sich ordentlich wohl. — Nun habe ich immer das Gefühl, ich verstehe es noch nicht richtig, und vielleicht braucht meine Mutter etwas mehr. Könnten Sie mir raten, wie ich sie richtig ernähren soll, auch über Quantum und Zeit? Ich möchte Ihnen zum voraus herzlich danken.»

Nebst den erwähnten Säften wurde noch frischer Trauben- und Crapefruitsaft empfohlen, wie auch viel Rohkost, rohe, fein geraffelte Salate und Gemüse. An Stelle von Weissmehlprodukten musste Vollkornnahrung aus Weizen, Roggen, Gerste und Hafer treten, indem man die eingeweichten Körner durch die Hackmaschine trieb, und zwar zusammen mit getrockneten, ungeschwefelten Weinbeeren oder Rosinen unter Beigabe von einigen gemahlenen Mandeln. Ein solches Rohmüesli muss natürlich gründlich gekaut werden. Auch Naturreis wurde als Beigabe zu Salaten und Gemüsen empfohlen. Ferner musste streng darauf geachtet werden, dass Früchte- und Gemüsemahlzeiten, also auch Frucht- und Gemüsesäfte nie gleichzeitig miteinander verabfolgt wurden, weil dadurch Gärungen vermieden werden können. Weisser Zucker musste entweder durch Trockenfrüchte oder durch Rohrzucker ersetzt werden, so dass nichts Denaturiertes mit der Nahrung eingegeben wurde. — Ferner wurden Lehmwickel auf die Magen- und Lebergegend im Wechsel mit Auflagen von gequetschten Kohlblättern oder Riesenampferblätter verordnet. Als spezifisches Mittel kam zu den bereits eingenommenen noch ein Mistelpräparat hinzu, da solches gleich günstig wirkt wie Petasites. Auf diese Ratschläge hin ging am 31. August folgender Bericht ein:

«Ich habe Ihnen seinerzeit von dem Leber- und Magenleiden meiner Mutter berichtet. Unser Hausarzt besuchte sie kürzlich