Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 11 (1954)
Heft: 8

Artikel: Convascillan
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-552613

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: 13.07.2025

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

dass nämlich nur gesunde Tiere eine gesunde Milch liefern können, gelten auch beim Menschen. Ist die Mutter gesund, so wird auch die Milch, die sie ihrem Kinde geben kann, gesund sein, vorausgesetzt, sie nimmt selbst auch gesunde natürliche Nahrung ein. Alpenkuhmilch soll nach den Ausführungen von Prof. Kästli erhöhten Vitamin-D-Gehalt besitzen. Dies zeigt uns einwandfrei wie wichtig Sonne, Bewegung, Atmung und Ernährung sind. Bestimmt spielt dabei die ultraviolette Bestrahlung, die den Vitamin-D-Gehalt in der Milch gewährleistet, eine wichtige Rolle. Es ist daher doppelt wichtig, dass unsere Kinder ihre Ferien in entsprechender Höhenlage verbringen können, wo sie ausser der gesunden Luft und Bewegung auch noch eine einwandfreie, vitamin-D-reiche Milch bekommen. Vitamin-D ist bekanntlich nötig, um den Kalk im Körper aufzubauen. Ein solcher Ferienaufenthalt rechtfertigt sich daher doppelt, wenn man erfährt, dass streng genommen, nicht einmal die Vorzugsmilch, die ja als gute Milch zu bezeichnen ist, die maximalen Anforderungen, die man an sie stellen kann, zu erfüllen vermag und zwar in keinem Land der Welt.

BAKTERIENGEFAHR

Da die Milch für Mensch und Tier eine gute Nahrung ist, ist sie es leider auch für die Bakterien. Wir haben daher beim Milchgenuss mit diesem gefährlichen Umstand zu rechnen. Die verschiedensten Bakterien können sich in der Milch ausgezeichnet entwickeln, weshalb es wichtig ist, dass die Milch, besonders die Konsummilch möglichst frisch ist. Auch eine gute Milch kann nachteilig werden, wenn sie nicht richtig gelagert und nicht richtig gepflegt wird und nicht frisch zum Konsumenten kommt. Dadurch, dass wir die Milch kochen oder pasteurisieren, können wir verschiedene Bakterien vernichten, da aber die Sporen hitzebeständig sind, werden sie hiedurch nicht angegriffen. Dieser Umstand macht es ja auch erforderlich, dass wir Ampullen oder irgend eine sterile Flüssigkeit, die wir keimfrei erhalten wollen, zweimal sterilisieren, weil sich die Sporen nach einer gewissen Zeit wieder entwickeln können, wodurch alsdann die scheinbar sterile Flüssigkeit erneut Bakterien enthalten kann. Eine gekochte Milch kann demnach, wenn man sie lange stehen lässt, wiederum Bakterien entwickeln, weil die darin enthaltenen Sporen den Kochprozess überstanden haben. Beim Kochen wird zwar das Milchalbumin etwas benachteiligt und verändert, und das Vitamin-C auf die Hälfte reduziert, also geschädigt. Andere Vitamine und Mineralstoffe aber bleiben glücklicherweise unverändert. Auf alle Fälle sollte der Kochprozess sehr schonend vorgenommen werden, indem man die Milch nur kurz aufkochen oder noch besser nur auf 65—70 Grad erwärmen lässt.

AUSKLANG

All diese Hinweise, die Prof. Kästli in seiner Ansprache erwähnte, sind für unsere Mütter und das Gasthausgewerbe bestimmt anspornend. Eine gute, frische Milch an Stelle der vielen künstlichen Wasser und zweifelhaften Getränke, die zum Teil aus Amerika eingeführt werden, würde unserem Gasthausgewerbe mehr Ehre und unserer Gesundheit mehr Nutzen einbringen. Wenn wir schon aus Amerika Trinksitten einführen wollen, dann jene guter Milchbeschaffung. Wenn eine gute, einwandfreie Milch auch in kleineren Dosen erhältlich wäre, würde bestimmt mancher im Laufe des Tages als Zwischennahrung davon Gebrauch machen, denn sie dient nicht nur als Durststiller, sondern auch als gute, gesunde Nahrung, und es besteht bestimmt die Möglichkeit, dass unsere Schweiz uns dies beschaffen kann.

Convascillan

Wenn wir im Mai durch unsere Buchenwälder gehen und jene schönen, grünen, schwertförmigen Blätter finden, die uns an den Bärlauch erinnern, dann werden wir dabei auch ein Stengelchen voll schöner, weisser Glöckchen entdecken. Ob dieser zierlichen Naturschönheit lacht bestimmt unser Herz, wennschon nur wenige wissen mögen, dass gerade dieses herzerfreuende Blümchen, herzstärkende und herzerquickende Heilstoffe enthält.

CONVALLARIA ODER MAIGLÖCKCHEN

Schon vor vierzig Jahren, als ich noch ein kleiner Junge war, hat mich mein Vater auf dieses Blümchen aufmerksam gemacht. Regelmässig sammelte er die Maiglöckchen, pulverisierte sie und verwendete sie als Schnupftabak gegen sein zeitweiliges Migränekopfweh, da ihn dies davon befreite. Daran musste ich wieder denken, als ich mit meiner Frau zusammen damit beschäftigt war, in unsern Laubholzwäldern Blätter und Blüten des Maiglöckchens zu suchen, um daraus ein hervorragendes Herzmittel zu entwickeln. Convallaria enthält nämlich ein auf das Herz wirkendes Glycosid, das, verbunden mit noch anderen Bestandteilen, die diese Pflanze besitzt, eine der Digitalis ähnliche Herzwirkung hervorruft. Bei verschiedenen Störungen, die vom Herzen aus kommen, wirkt Convallaria ganz hervorragend, so bei schwacher Herztätigkeit, bei niedrigem Puls, bei Stauungen, die unter Umständen mit der Leber im Zusammenhange stehen, bei unregelmässigem oder beschleunigtem Herzklopfen, bei Herzwassersucht, Oedemen und ähnlichen Störungen.

SCILLA MARITIMA ODER MEERZWIEBEL

Spaziert man an den Gestaden des Mittelmeeres, vielleicht am Ufer des tiefblauen Meeres von Griechenland unten im Peloponeß, dann findet man eine eigenartige Pflanze, die aus dem trockenen Boden einen langen Stengel treibt, der über 1 Meter hoch wird und mit einer schönen, weissen Blütenkerze endet. Er ist ohne Blätter, und wenn man im Boden nach seinem Ursprung gräbt, dann findet man eine grosse Zwiebel, die im Durchmesser bis zu 15 cm misst und bis über 1 kg schwer sein kann. Es ist dies die echte Meerzwiebel, die gerade in diesem trokkenen Boden in würziger Meerluft wohl gedeiht. Als Scilla maritima ist sie in der Botanik bekannt. Sie enthält nebst aetherischem Oel noch Scillidin, Scillain und andere, interessante Stoffe. Aeusserlich und innerlich ist sie schon von den alten Mittelmeerbewohnern gebraucht worden. Sie rühmten ihre Wirkung bei Stauungsödemen, bei kleinem und hartem Puls, bei verschiedenen Herzstörungen, so bei jenen, die mit Atembeschwerden, eiskalten Händen und Füssen, wässerig hellem Urin und katarrhaften Erscheinungen, besonders in den oberen Atemwegen auftreten. Aber auch bei jenen Herzbeschwerden, bei denen das Wasser nicht weggehen will und vielleicht noch Katarrh mit schwer löslichem Auswurf, ja womöglich sogar noch Hautjucken vorhanden ist, wurde Scilla maritima erfolgreich angewandt. Auch neuere Beobachtungen, die auf die Erfahrungen der alten aufgebaut sind, haben herausgefunden, dass der frische Extrakt der Meerzwiebel oder Scilla maritima ein hervorragendes Heilmittel für die soeben erwähnten Symptom-Komplexe darstellt. Wo also solche schwierige Störungen vorliegen, kann dieses pflanzliche Naturmittel beachtenswerte Hilfe leisten. Schon ganz kleine Mengen, nämlich 5 Tropfen von der tausendfach verdünnten Urtinktur, können bereits eine hervorragende Wirkung auslösen.

CONVASCILLAN, EINE IDEALE KOMBINATION

Es entsteht nun eine ideale Kombination, wenn wir den Maiglöckchen-Extrakt mit dem Extrakt der Meerzwiebel mischen. Daraus ergibt sich das neue Mittel Convascillan. Herzkranke, die bis jetzt zu Strophantin greifen mussten, haben in Convascillan ein Heilmittel, das dem gleichen Zweck dienen kann wie jenes, ohne dabei die massiven Wirkungen und Nachteile des Strophantins gewärtigen zu müssen. Eine tägliche Einnahme von 3mal 5—10 Tropfen kann eine hervorragende Wirkung auslösen. In drastischen Fällen kann man bis auf 40, ja sogar auf 50 Tropfen steigern, ohne dadurch irgend eine Gefahr einzugehen.

In Fällen, in denen viele homöopathische Herzmittel nicht mehr ausreichen, ist Convascillan das gegebene Mittel, weil es genügend stark wirkt. Auch da, wo sonst Digitalis-Präparate eingesetzt werden mussten, genügt Convascillan. Es kann auch längere Zeit erfolgreich eingenommen werden, da es im Gegensatz zu Digitalis nicht kumuliert, womit gesagt sein will, dass es sich im Körper nicht anhäuft.

Auch bei Herzneurosen infolge Nicotin- und Jodvergiftung kann Convascillan vorteilhaft eingesetzt werden. Es ist das gute, starke Herzmittel, das da noch hilft, wo andere bis jetzt versagt haben. Daher wird es manchem Herzleidenden eine zuverlässige Hilfe sein können.

Krebssterblichkeit und vorbeugende Lebensweise

Kürzlich las ich in einer führenden medizinischen Zeitschrift, dass jeder sechste Mensch in unseren zivilisierten Ländern Zentral-Europas das furchtbare Los, an Krebs zu sterben, erfahren muss. Ziehen wir diese Feststellung für die Schweiz in Betracht, dann stellt sich heraus, dass 750 000 der jetzt lebenden Schweizer diese Aussicht vor sich haben. Sollte sich nun jedes Symptom, das auf Krebs hindeuten könnte, bereits schon zu einer Angstpsychose auswachsen? Wäre es nicht besser, wir würden endlich einmal mit dem, was man immer wieder sagt, immer wieder schreibt, immer wieder an Vorträgen predigt, ernst machen? Wir sollten unsere Ernährung und Lebensweise umstellen, denn Krebs ist eine Zivilisationskrankheit.

Auf meinen Reisen, die mich zu Naturvölkern führten, konnte ich beobachten, dass Krebs dort selten oder gar nicht vorkommt. Warum lernen wir nicht endlich vorbeugen, statt heilen? Was nützt es, dies und das zu unternehmen, um schliesslich doch an Krebs zugrunde zu gehen, weil man nicht das Richtige tut? Bestimmt gibt es bereits gute Heilmethoden und vorzügliche Heilmittel, aber diese wirken in der Regel nur günstig, wenn man den Krebs frühzeitig erkennt. Ein Grossteil der Krebsfälle werden jedoch erst zu spät beachtet, denn der Krebs kommt auf leisen Sohlen. Er meldet sich nicht sofort mit starken Symptomen, mit Schmerzen, mit Unwohlsein, mit Fieber oder irgend einer Aeusserung, die uns aufmerken liesse. Wenn er sich meldet, dann ist er in der Regel schon weit vorgeschritten. Wir sollten daher die Warnrufe weit besser beachten, und vor allen Dingen unsere Ernährung umstellen, mit der Konservennahrung abfahren, ebenso mit gefärbten, verschönerten, gegrünten, denaturierten und gebleichten Nahrungsmitteln. Zurück zur Naturnahrung heisst die unumstössliche Losung, zu Naturreis und den andern Vollkornprodukten, zurück zur Nahrung, wie sie uns Feld und Garten bietet, wie sie von Baum und Strauch herkommt! Verzichten wir auf Eiweissüberfütterung, auf Wurstwaren, Schweinefleisch, gekochte Eier, Blut- und Leberwürste! Weissbrot, weisse Weggli, weisse Teigwaren, Weisszuckerprodukte, künstlich gefärbte und aromatisierte Conditoreiwaren und Schleckereien sollten uns gänzlich unbekannt werden. Hinweg also mit all diesen Zivilisations-Produkten in unserem Ernährungsplan! Kehren wir zur Naturnahrung zurück, dann haben wir eine der wichtigsten Voraussetzungen der Krebsverhütung erfüllt!

Auch die Aenderung in unserer sonstigen Lebensweise hilft uns bei der Ueberwindung des Krebsproblems. Statt nach Feierabend im Wirtshaus zu sitzen, zu politisieren, zu trinken, zu jassen und im Qualm einer verbrauchten, rauchigen, nach Alkohol riechenden Luft seine Zeit zu verbringen, sollten wir den Abend in der Natur geniessen, sollten im Freien laufen und an frischer Luft atmen. Auch freie Tage sollte man unter Bewegung in Sonne und guter Luft verbringen.

Was ferner noch zu beachten ist, ist das Meiden von Giften. Es ist bekannt, dass die Nikotinleidenschaft den Raucherkrebs hervorruft. Auch Kupfervitriol schadet uns, weshalb wir Gemüse und Früchte, die damit gespritzt worden sind, meiden sollten, ebenso Pflanzenprodukte, die mit Kunstdünger getrieben wurden.

Wenn wir dem Würgengel Krebs wirklich entgehen möchten, dann müssen wir, wie bereits erwähnt, sowohl unsere Ernährung, wie auch unsere Lebensweise umgestalten. Die Natur ist ehrlich und unparteiisch, und ihre niedergelegten göttlichen Gesetze bewähren sich beim reichen Fabrikanten, wie auch beim armen Tagelöhner in genau gleicher Weise. Sie bewähren sich bei uns allen, bei dir und mir!

Soll man während dem Essen trinken?

Oft fragt man mich an, ob es gesundheitlich günstig sei, wenn man während dem Essen trinke. Die Erwähnung, dass dadurch die Magensäure verdünnt würde, und somit die Verdauung gestört werden könne, ist ein Standpunkt, der einesteils sehr richtig ist. Jahrelang habe ich die gleiche Ansicht vertreten, möchte aber gleichzeitig noch einige andere Punkte in Erwägung ziehen. Gutes Einspeicheln gewährleistet bekanntlich ein besseres Verdauen. Trinken wir nun während dem Essen, dann besteht die Gefahr, dass wir, statt gut zu kauen und gründlich einzuspeicheln die Speisen mit dem Getränk hinunterschwemmen. Es ist gesundheitlich keineswegs zweckdienlich einen Bissen zwei- dreimal zu kauen, um ihn dann mit einem Getränk hastig hinunterzuspülen. Wer sich jedoch angewöhnt hat, jeden Bissen ruhig und gründlich zu kauen und einzuspeicheln, so dass der Speisebrei nicht ohne den vorverdauenden Speichel geschluckt wird, kann ruhig zwischenhinein etwas trinken, allerdings nicht mit gieriger Hast, denn nicht nur jeder Bissen, sondern auch jeder Schluck sollte gut eingespeichelt werden. Wichtig ist dabei nun allerdings auch noch, was man trinkt. Zu einer Gemüsenahrung passt kein süsser Saft. Das erzeugt Gärungen. Süssigkeiten passen nicht zu einer guten, würzigen Suppe, zu belegten Brötchen mit Zwiebeln und Knoblauch, zu guten Rohsalaten und gedämpften Gemüsen. Eine wirklich gute Zusammenstellung sollte man nicht durch einen Kardinalfehler in ihrer vorzüglichen Wirkung stören. Neutrales Mineralwasser, verdünntes Molkenkonzentrat, das vor allem starken Durst rasch löscht, rohe Milch, Milchkaffee oder frischgepresster Carottensaft, all diese Getränke mögen sich zum Gemüsemenue eignen, nicht aber süsse Wasser, süsse Säfte oder Süssmost. Gemüse und Süsses zur gleichen Mahlzeit verursacht Gärungen, Darmgase und sonstige Störungen. Es ist daher am Platz entgegen der üblichen Gewohnheit süsse Getränke und süsse Nachspeisen auf später zu verschieben. Man sollte mindestens eine oder zwei Stunden verstreichen lassen, noch besser bis 4 Uhr oder gar bis zum Nachtessen damit warten, um alsdann nur süsse Speisen, vor allem in Form von Birchermüesli, Fruchtsalaten und dergleichen mehr zu geniessen. Wer morgens und abends sein Süssigkeits- und Fruchtbedürfnis stillt, hat mittags weit weniger Verlangen nach süssen Getränken und süssen Nachspeisen, und er kann sich ganz leicht an die Regel halten, die ihm hilft, Störungen zu vermeiden. Besonders jene, die unter Gärungen, Darmgasen oder ähnlichen Störungen leiden, sollten den gegebenen Hinweis gut beachten.

Gerstenwasser hilft bei Gelbsucht

Es ist eine erwiesene Tatsache, dass man in den Tropen bei innerem Brand und bei Fieber Gerstenwasser trinkt. Man bereitet dieses aus dem ganzen Gerstenkorn. Bei fieberhaften Zuständen wirkt es ausgezeichnet auf die Nieren, aber auch die Leber kann daraus reichlich