Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 14 (1957)

Heft: 6

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: 15.07.2025

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

Die ersten Beobachtungen an den Ratten, in deren Nahrung die hochungesättigten Fettsäuren fehlten, ergaben Wachstumsstillstand, Hautentzündungen, Haarausfall, Ekzeme u. a. m. Diese Erscheinungen gingen nach Verabreichung von hochungesättigten Fettsäuren wieder zurück.
Gehärtete Fette, die für die menschliche Ernährung in großem Ausmaß verwendet werden, enthalten sehr wenig Linol-, Linolen- und Arachidonsäure. Die in den entsprechenden Rohstoffen (Cocosfett, Arachidöl) vorkommenden ungesättigten Fettsäuren werden bei der Härtung d. h. bei der Anlagerung von Wasserstoff (Hydrierung) in gesättigte Fettsäuren übergeführt. (Dr. W. F. Winkelmann: Die Vitamine S. 188).
In den letzten 10 Jahren haben angesehene Forscher im deutschen Sprachgebiet eine Umstellung in der Fetternährung gefordert, da durch den fast ausschließlichen Konsum von gehärteten Fetten ein stetiges Anwachsen der Zivilisationskrankheiten erfolgte, die sogar die Jugend erfaße. Im Manifest des Zweiten Internationalen Vitalstoff- und Ernährungskonvent in Hannover Oktober 1956 wird in Ziffer 10 b gefordert:

«*Naturöle:* Unter Hinweis auf den physiologischen Effekt der natürlichen Oele, der in der Hauptsache in dem Vorhandensein der doppelt und dreifach ungesättigten Fettsäuren vom Charakter der Linol- und Linolensäuren zu suchen sein dürfte, wird empfohlen, diese Oele sowohl im naturgebundenen Zustand speziell als Samen, als auch in abgepreßten, naturbelassenen, nicht erhitzten, schonend behandelten Formen dem Verbrauch zuzuführen.

Die Spender von hochungesättigten Fettsäuren, dem sog. Vitamin F, sind die Mohnsamen, Sonnenblumen-, Lein- und Sesamsamen, Mandeln, Nüsse, Weizenkeime. Die Sesamsamen haben besonders große Vorteile. Es gibt Saaten mit bis zu 43% hochungesättigten Fettsäuren im Sesamöl. Dazu enthalten sie Vitamin E. Die Wirkung der hochungesättigten Fettsäuren wird intensiver bei Anwesenheit von Vitamin E. Dieses schützt andere Vitalstoffe vor Zerstörung durch Oxydation und verbessert die Zellatmung. Im Sesamsamen bestehen bereits Bindungen von hochungesättigten Fettsäuren mit wertvollen Eiweißstoffen und mit Mineralien. Eine ganze Gruppe von Mineralien ist vertreten, wobei die basenüberschüssigen wie beispielsweise Calzium überwiegen. Ueberdies ist im Sesamsamen eine besondere vitale Kraft (Sesamin) enthalten, die die Lebensvorgänge in der Pflanze und auch im menschlichen Organismus aktiviert. Es ist von großer Wichtigkeit, daß nicht nur das Sesamöl, sondern die Ganzheit der Samen, ungemahlen oder feinst aufgeschlossen in Sesampur verwendet wird.
So wie der Sesamsamen entschlackend und aufbauend wirkt, so verhelfen alle die genannten Oelsaaten, die Nüsse und Weizenkeimlinge zu einem raschen Stoffwechsel und verhindern Verstopfung. Sie liefern die Aufbaustoffe für die Nerven, auch des Herzmuskels. Sie spenden Energien. Sie alle zeichnen sich aus durch ihren Gehalt an hochungesättigten Fettsäuren. Daneben ist ihr Aufbau an weiteren Fettstoffen, an Eiweiß und Mineralien verschieden, sodaß sie abwechselnd in der Ernährung berücksichtigt werden sollten. Wichtig ist aber zur Vorbeugung von Krankheiten, zur Heilung von noch unbemerkten Schäden im Organismus, daß *täglich* Spender von hochungesättigten Fettsäuren in der Nahrung enthalten sind. Vorzüglich eignen sich dazu die Nüsse und Weizenkeime, die Mandeln- und Sesamprodukte, z. B. Sesamèl, der Brotaufstrich aus Sesampur. Auf diese Weise werden die lebenswichtigen Vitalstoffe schmackhaft und angenehm dargeboten. *(Dr. Lätt)*

FRAGEN UND ANTWORTEN

Lungenentzündung bei Kleinkind

In ihrer Verzweiflung gelangte Frau B. aus H. vor ungefähr einem Jahr an uns, denn ihr 6 Monate altes Kind, das einzige Bübchen nach drei Mädchen, war an Lungenentzündung erkrankt. Der Arzt gab dem Kleinen wiederholt Penizillinspritzen, so daß die Fieber willkürlich fielen und wieder anstiegen. Die Angst der Mutter, daß die Spritzen schaden könnten, belächelte der Arzt nur. Er versicherte ihr, die Spritzen seien sehr gut, weniger giftig als die Zäpfli, er als Arzt gebe doch nicht gegen ein Uebel noch ein Größeres. Die Mutter brauche also keine Angst zu haben. Diese schrieb uns indes:

«Und ich habe halt doch Angst! Ich bin sicher, daß die Spritzen diesem kleinen Menschlein schaden. Es lächelt einen selten mehr an und liegt nur so müde im Bettchen. Ich möchte Sie daher von Herzen bitten, mir doch alles Nötige zu senden, damit wir alles herausschaffen können, den Schleim, den Katarrh und das Gift von diesen Spritzen. Es ist meine einzige Hoffnung, daß mit Gottes Hilfe und Ihren guten Mitteln, die für uns mehr Wert haben als Gold, doch noch alles wieder gut werden kann. Was kommt wohl in Frage? — Entschuldigen Sie bitte, daß dieser Brief so lang geworden ist, aber wir Bergbauern wohnen so nebenaus und können selten mit einem Menschen über alles reden, was uns plagt. Wir grüßen Sie freundlich und danken Ihnen herzlich für Ihre Güte und Freundlichkeit, daß Sie sich für unser liebes Kind einsetzen wollen.»

Um den Körper des Bübchens zu unterstützen, damit die eigene Widerstandskraft mobilisiert und die Nebenwirkung des Penizillins überwunden werden konnte, war die Einnahme von Echinasan, Usneasan, Kali jod D 4 und Imperatoria notwendig. Die weitern Anordnungen lauteten: «Sie sollten dem Kleinen auch noch Senfwickel machen. Ich habe mit denselben wirklich selbst in noch ganz aussichtslosen Fällen sehr guten Erfolg gesehen. Am Anfang sollten Sie den Senfwickel nicht mehr als 10 Minuten auf der Haut lassen, sonst wird diese zu stark gereizt. — Sie können dem Kleinen auch etwas Fruchtsäfte geben, was ihm ebenfalls gut tun wird.»
Erst Mitte Februar dieses Jahres kam dann die Mutter dazu, uns über den Verlauf der Behandlung Näheres mitzuteilen. Sie schrieb:

«Darf ich Ihnen wohl noch schreiben? Es ist schon so lange her seit dem letzten Frühjahr. Da hatte unser 6 Monate altes Bübchen die Lungenentzündung. Wir hatten von Ihnen Mittel. Von ganzem Herzen möchten wir Ihnen dafür danken. Schon nach nur wenigen Tagen konnten wir eine völlige Besserung erkennen. Wir liessen das Kind dann nach einigen Wochen durchleuchten, und da war alles gut. Ohne Ihre ausgezeichneten Mittel hätten wir keine große Hoffnung mehr gehabt.»

Es ist sehr erfreulich, daß man mit Hilfe der Naturmittel und mittelst natürlichen Anwendungen auch jenen behilflich sein kann, die infolge ihrer Abgeschlossenheit in Notlagen doppelt schwer haben. Wer Anteil nimmt an solchen Hilfsmöglichkeiten schätzt es sehr, daß uns die Natur so reichlich mit jenen Werten beisteht, die eine gütige Schöpferhand in sie hineingelegt hat.

Hoffnungslos herzkrank

Herr L. aus H. schrieb uns anfangs des Jahres, daß sein 12jähriges Töchterchen nach Aussagen der Aerzte hoffnungslos herzkrank sei. Die Art der Herzkrankheit konnten die Aerzte indes nicht feststellen. Seit dem 8. Lebensjahr war das Kind insgesamt 2½ Jahre im Spital, wovon 1½ Jahre ununterbrochen. «Die Aerzte können einfach nicht helfen,» so schrieb der bekümmerte Vater.

«Jetzt ist das Kind wieder so schwer krank. In den Spital will es nicht mehr gerne. Nun war ich vor 8 Tagen beim Herzspezialisten und dem Hausarzt und die Antwort lautete: «zuwarten, vielleicht wird es wieder besser.» Ich will einfach nicht glauben, daß man dem Kind nicht mehr helfen kann. Aufstehen kann es wieder nicht mehr. Es hat immer Fieber zwischen 38 und 39 Grad. Heute morgen war der Urin ganz dicklich, und ich sende ihn zur Untersuchung ein. Auch klagt es immer, es könne fast nicht mehr stehen, weil die Kniee immer schmerzen würden. Das Kind braucht möglichst sofort Hilfe, da es sonst zu spät ist. Sie haben schon andere Fälle behandelt, und ich bin überzeugt, daß Sie auch hier helfen können.»

Die Urinanalyse zeigte nur, daß die Störung bei dem Kinde von Stauungserscheinungen herrührte, die infolge der mangelhaften Herztätigkeit auftraten. Leider konnte auf Grund der Analyse nicht ermittelt werden, welche Herzstörung vorlag. Es war daher angebracht, den akuten Zustand durch naturgemäße Mittel zu überwinden, damit dadurch die Reise zur gründlichen Untersuchung ermöglicht werden konnte. Das Kind erhielt somit das spezifische Herzmittel Convascillan und ein Herztonikum. Nach einem Vierteljahr berichtete der Vater über das Ergehen wie folgt:

«Zurückkommend auf Ihre Behandlung meines Kindes, möchte ich Ihnen vorerst bestens danken, denn mit Ihren Mitteln habe ich nun den besten Erfolg gehabt. Das Kind springt nun umher wie ein Gesundes. Es ist seit Jahren noch nie so gut dran gewesen wie jetzt. Ich werde mir erlauben, in nächster Zeit zur Untersuchung nach Teufen zu kommen.»

Wir sehen also, daß selbst in einem solch scheinbar hoffnungslosen Zustand die entsprechenden Naturmittel, verbunden mit den notwendigen Diätmaßnahmen, erfolgreich wirksam zu sein vermögen, was bestimmt alle Anhänger natürlicher Mittel und naturgemäßer Behandlungsweise recht ermutigen und erfreuen wird.

AUS DEM LESERKREIS

Strenge Diät verdrängt Betäubungsmittel

Frl. S. aus H. berichtete uns über den befriedigenden Erfolg, den sie nebst der Einnahme von Naturmitteln auch durch die strenge Beachtung der Diätvorschriften erzielte, wie folgt:

«Es ist nun beinahe 1 Jahr, seit ich mich zum ersten Male an Sie gewendet habe. Ich möchte heute gleichzeitig einmal die längst fällige Mitteilung machen, daß mir alle Ihre Mittel wunderbar geholfen haben. Ja, ich war sogar in der Lage ein Uebermaß an Arbeit zu bewältigen. Ihre Diätvorschriften habe ich sehr streng beobachtet. Ich hatte in der Folge auch keine Verdauungsbeschwerden mehr, ein gesunder Schlaf stellte sich ein, und ich mußte nie mehr Betäubungsmittel einnehmen. — Empfangen Sie meinen herzlichen, aufrichtigen Dank für alle ihre Bemühungen, Hilfe und Ratschläge. Meine Mutter und ich haben Sie in unserm Bekanntenkreis gern empfohlen. Viele haben sich schon mit gutem Erfolg an Sie gewendet.»

Solche Mitteilungen sind erfreulich, zeigen sie doch, daß wir unsern Gesundheitszustand und unsere Leistungsfähigkeit durch natürliche Mittel und durch entsprechende Diät wieder heben können, was besonders tröstlich ist, wenn wir dringend darauf angewiesen sind.

Kopfschmerztabletten helfen

Frl. S. aus A. schrieb am 9. März dieses Jahres:

«Ihre Kopfschmerztabletten haben Wunder gewirkt, besonders bei einem 11jährigen Mädchen, das schon bei bekannten Professoren erfolglos in Behandlung war.»

Da Kopfschmerzen sehr oft eine Folge von Nährsalzmangel sind, können unsere Kopfschmerztabletten erfolgreich angewendet wer-

Mittelamerikas hinweggegangen. Räuber und Andenkenjäger haben die Königsgräber und viele Fundstätten ausgeplündert. Und doch haben sich viele schöne und praktische Gegenstände aus der Frühzeit des Menschen erhalten, und andere sind von den Ausgräbern und Wissenschaftlern rekonstruiert worden. — Mit größter Eindringlichkeit demonstriert Jessup hier dem jungen und erwachsenen Leser die Richtigkeit der Behauptung: Die Vergangenheit hat noch Zukunft!

Hans-Wilhelm Smolik, WANDERN MIT OFFENEN AUGEN. 473 Seiten mit 16 farbigen Kunstdrucktafeln, weiterhin 99 Fotografien und mit über 300 Zeichnungen im Text. Leinen Fr. 9.80. C. Bertelsmann Verlag, Gütersloh.

Die Rastlosigkeit des Alltags läßt den Menschen unserer Zeit auch am Wochenende und im Urlaub nicht zur Ruhe kommen. Selbst auf Spaziergängen und Wanderungen hastet er einem Ziel entgegen, ohne nach rechts oder nach links zu sehen, und unterbricht nur selten einmal Gespräche oder Gedanken, wenn ein Hase aufgescheucht über den Weg flitzt oder ein Reh in hohen Fluchten in ein Kornfeld taucht. Die tausend unscheinbaren Wunder am Weg übersieht er! Diesem Menschen die mannigfaltige, schillernde, kleine Welt wieder zu erschließen und liebenswert zu machen ist das Anliegen dieses neuen Praktischen Ratgebers. Er führt uns über Feld- und Wiesenraine, entlang am murmelnden Bach, auf sonnenüberflutete Berghänge und Almen, durch dichte Laub- und Nadelwälder, vorbei an Mooren, Teichen und Seen, durch Heide und Gebirge bis zu den Dünen am Meer. Ueberall blüht und grünt es, lebt und webt es. Dem Blick des aufmerksamen Wanderers eröffnet sich eine unerschöpfliche Fülle antwortheischender Geheimnisse und Rätsel, individueller Schönheit von Tier und Pflanze; und am Rande erkennt er auch das Schaffen des Menschen im ureigenen Machtbereich der Natur. Smolik lenkt die Augen des Wandernden immer wieder auf neue und sehenswerte Dinge und weiß den Betrachter für die Vielfalt und Schönheit der Natur zu fesseln. 16 ausgezeichnete Farbtafeln, fast 100 Fotos und über 300 in den Text eingestreute Zeichnungen tragen dazu bei, das in dem Buch gezeichnete anschauliche Bild der Natur und ihrer Geschöpfe abzurunden. Hans-Wilhelm Smoliks Buch eignet sich hervorragend dazu, den getriebenen Menschen unserer Tage, zur Beschaulichkeit in freier Natur zurückzuführen und ihm das Wandern zu einem wunderbaren Erlebnis zu gestalten.

Fred Larsen: MIT TOMAHAWK UND FRIEDENSPFEIFE. Das Buch vom Indianer. Illustriert von Kurt Wendlandt. 248 Seiten. Mit 13 vierfarbigen Tafeln und Abbildungen, 2 vierfarbigen Karten, 143 zwei- und einfarbigen Zeichnungen und Karten. Halbleinen Fr. 6.80. C. Bertelsmann Verlag, Gütersloh.

Der Autor dieses Buches hat mit seinen Büchern «Männer im roten Rock» und «Old Jed der Trapper» die Herzen vieler Leser erobert. Sein neues Buch «Mit Tomahawk und Friedenspfeife» dürfte jedoch nicht nur die bereits bestehenden «alten Bekanntschaften» auffrischen, sondern darüber hinaus auch viele neue Leser ansprechen. Denn welcher Junge wäre nicht gern dabeigewesen, als die Waldläufer, Trapper und Siedler Schritt für Schritt die Prärien und das Felsengebirge Nordamerikas eroberten? Sie rangen mit den Naturgewalten und kämpften mit den Indianern. Hart war die Zeit, als zwei so ganz verschiedene Welten aufeinanderprallten. Voll tragischer Geschehnisse war der Untergang der nordamerikanischen Indianer. — In spannenden Erzählungen und Berichten von Zeitgenossen läßt Fred Larsen die Geschichte des Indianers vor uns erstehen, wie sie sich zwischen 1740 und dem Ende des 19. Jahrhunderts wirklich begeben hat. Sie ist nicht weniger erregend als all die unzähligen Geschichten der Phantasie, die sich mit dieser Zeit befassen.

Luis Trenker: SCHICKSAL AM MATTERHORN. Roman 223 S. Leinen Fr. 4.85. C. Bertelsmann Verlag, Gütersloh.

Der neue Roman von Luis Trenker ist wieder ein Buch voll jener Spannung, die zahllose Leser schätzen und die mit anklingt, wenn man von einem «echten Trenker» spricht. In «Schicksal am Matterhorn» erzählt Luis Trenker die Geschichte eines gehetzten Mannes, der sich — von raffinierten Versicherungsbetrügern erpreßt — binnen Jahresfrist in den Gletscherspalten des Matterhorn selbst den Tod geben soll. Auf zweihundert Millionen Lire lautet die Versicherungspolice, die den Chefingenieur der Pons-Werke, Mario Cas, zwingt, das auf Schritt und Tritt von den Erpressern bespitzelte Leben eines Selbstmordkandidaten und Versicherungsbetrügers zu führen und auf den furchtbaren Termin des ... Juli zu warten. Bis zuletzt glaubt Mario Cas, sein Leben opfern zu müssen, um damit für andere eine Schuld abzulösen, die in Wirklichkeit keine gewesen ist. Doch im gastlichen Hause des Bergführers Gassard werden aufrechte Menschen seine Nächsten und Helfer, in schwersten Tagen, als die herbe Ange Gassard dem verzweifelten Mario ihr tapferes Herz schenkt. Aber wird nicht die Rechnung derer, die gewissenlos mit dem Tode eines Menschen spekuliert haben, am dramatisch zugespitzten Ende doch noch aufgehen? Das Matterhorn wird bei den Italienern die Becca genannt; und die Einheimischen im Val Tournanche sagen von der Becca, daß sie — ein «Werk der Rache» sei ... Alte und neue Trenker-Freunde werden auch von diesem Buch begeistert sein.

Verantwortlicher Redaktor: Dr. h. c. A. Vogel, Teufen

Beachtenswerte Mitteilung: Besetzt

Um den Eltern unnötiges Schreiben zu ersparen, möchten wir mitteilen, daß unser Kinderheim in Brail für diesen Sommer bereits besetzt ist. Weitere Anmeldungen können also nicht mehr berücksichtigt werden. Es ist ein dankbares Schärlein beisammen, das sich auf die frohen Brailertage freut. *Kinderheim Vogel, Brail*

Eine erfolgreiche Sommer-Kur

mit Massagen, Packungen, Darmbäder, Schlenz, Kräuter- und Medizinalbäder, Kohlensäure, Sauerstoff, Moor, Soole, Schwefel, Prissnitz- und Kuhnebehandlungen. Bei Leber- und Gallenkranken, 10 Tage Kur. Säfte- und Diätkuren. Packungen für Arthritis. Neuzeitliche Ernährung. Neuzeitlich eingerichteter Badebetrieb im Kur- und Heilbad, dem gut geführten, heimelig eingerichteten Haus für schöne Ferientage, Ruhe und Erholung. Sonnige Lage, anerkannt gute Küche, auch im neuen Hotel Bellevue: (Liegeterassen).
Dauerpensionäre können aufgenommen werden.

Kur- und Heilbad Schoch-Köppel, Schwellbrunn
Telephon 071 / 5 23 55 und 5 14 06

Pension und Kurheim **„Sünnehüs" Teufen**

Heimeliges Haus für Ruhesuchende und Erholungsbedürftige. Neuzeitliche Ernährung. Auf Wunsch Diät. Zimmer mit fliessendem Kalt- und Warmwasser. Nur 2 Minuten von Herrn Dr. A. Vogel entfernt.
Es empfiehlt sich höflich
Schw. Hedy Joß und Frl. Hubschmid. - Tel. 071 23 65 53

UMWÄLZENDE ERFAHRUNG
in Naturheilkunde,
bei verschiedenen Leiden,
durch die
Bauer-Zelemente
Prospekt durch:
ROLF KOCH, KRIENS 41

Gesundung und Erholung

am schönen Thunersee finden Sie durch liebevolle Betreuung im familiären Kreis. *Neuzeitliche Ernährungstherapie, jegliche Diät, vegetarische Kost, Bäder.* Preis von Fr. 11.50 an.

Prospekt durch Schw. *Eva Keller, Hohmadstr. 41, Thun 1,* Telefon (033) 2 69 43.

Sésame - Samen

als überragende Spender von hochungesättigten Fettsäuren ermöglichen die richtige Zell- und Gewebsatmung.
Beutel 400 g Fr. 3.25

Chiropraktik

GIBT DEM LEBEN JAHRE
UND DEN JAHREN LEBEN

Dr. EMIL SIEGRIST - ZÜRICH
Chiropraktor U.S.A.-Staatsdiplom - Anerkannt im Kt. Zürich
Stauffacherquai 58 — Telephon (051) 25.72.44
Röntgeneinrichtung

Auch im Welschland hat es ein Muster-Reformhaus. Unsere 20jährige Praxis erlaubt uns Ihnen in jeder Weise zu dienen, *durch erstklassige Produkte* und erprobte Ratschläge für neuzeitliche Ernährung und Diät.

VITA-NOVA Lausanne
T. Veyre VERSAND Rue du Midi 15