Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 14 (1957)

Heft: 7

Rubrik: Fragen und Antworten

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: 14.07.2025

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

wir uns derart einölen, daß wir von lauter Fett nur so triefen. Damit beeinflussen wir die eigene Fettproduktion nachteilig. Unsere Talgdrüsen werden verwöhnt durch dieses übermäßige Einölen. Zudem enthalten viel Oele chemische und schädliche Parfums, die auf die ganze Haut- und Drüsentätigkeit sehr nachteilig wirken können. Seien wir also auf der Hut, daß wir keine nachteiligen Oele verwenden. Die stark, vor allem künstlich parfümierten Oele schaden mehr, als sie nützen können. Lieber verwendet man nur einfaches Olivenöl oder Sonnenblumenöl als diese nach Schweinefett und Co. stinkenden Parfumöle, die man schon von weitem riecht, wenn einem der Wind entgegenweht. Synthetische Aromastoffe können sogar und vor allem bei sensiblen Menschen sehr schädliche Wirkungen auslösen. Also Vorsicht vor diesen Blüten der modernen Kosmetik.

Man wird mir erwidern, daß es ja bereits in lang vergangener Zeit üblich war, feinduftende Oele zu verwenden. Gewiß! Wenn wir Gelegenheit haben durch die riesigen Rosenfelder Bulgariens zu gehen, dann können wir erfahren, daß diese Methode der Gewinnung ätherischer Stoffe, feinduftender Oele aus den Pflanzen Jahrhunderte, ja sogar Jahrtausende alt ist. Vergessen wir dabei aber nicht, daß es nur Naturöle waren, reine Destillate aus den Pflanzen selbst, die man früher verwendete. Diese sind aber sehr teuer und man findet sie daher nur in ganz erstklassigen und teuren Präparaten. Obschon sie in konzentrierter Form starke Reaktionen in unserem Körper auslösen können, wirken sie bestimmt nicht schädlich. Wir kennen Naturöle aus Pflanzen, die schon durch das Einatmen Unwohlsein, Erbrechen, Ausschläge wie Urticaria, hervorrufen können. Auch da muß man dosieren wie bei allem in der Natur, denn nicht alles was natürlich ist, ist zugleich auch auf uns abgestimmt. Folglich müssen wir dafür sorgen, daß die Mengen, die wir unserm Körper zukommen lassen, nicht schaden. Vergessen wir da das große Grundgesetz nicht, daß kleine Reize anregen, große Reize aber zerstören.

Darum ist beim Einölen darauf zu achten, daß man bei starker ultravioletter Bestrahlung oft einfetten muß. Es gibt Menschen, die auf die ultravioletten Strahlen sehr stark reagieren. Auch wird, wie bereits erwähnt, die Haut beim Baden im Meerwasser durch das Salz etwas ausgelaugt und ein gewisses Einfetten ist nur günstig. Wer ein Fett verwenden will, gebrauche das Fett, das von der Haut selbst gewonnen wird, nämlich das Wollfett. Aus der Schafwolle wird ein Fett gezogen. Wir finden es im echten, natürlichen, nicht synthetisch hergestellten Lanolin oder auch in der Bioforce-Crème, die aus Wollfett, Johannisöl, Sonnenblumenöl und etwas Bienenwachs mit anderen Pflanzenzusätzen hergestellt wird. Solche Fette, in bescheidenen Mengen angewendet, geben der Haut das, was sie notwendig hat, um widerstandsfähig zu sein. Auch die Bioforce-Salböle sind nur aus Naturölen hergestellt.

Erdbeeren, ihre Vor- und Nachteile

Jetzt sind wir mitten in der schönen Erdbeerzeit, aber mit Erdbeeren heißt es ein bißchen aufpassen. Erdbeeren sind zwar sehr reich an Kalk, haben also diesbezüglich eine Bedeutung. Der Zuckergehalt ist nicht sehr groß. Aber wir lieben diese Frucht wegen ihres ausgezeichneten Aromas und für den Gaumen bedeuten Erdbeeren einen großen Genuß. Ihre Wirkung auf die Harnorgane ist allerdings weniger gut. Es gibt viele Menschen, die eine gewisse Rückstauung des Harns bekommen, so daß der Harn nicht mehr genügend weggeht. Ich weiß von Personen, die einen starken Urindrang bekamen und doch ging der Harn nicht weg, es waren immer nur ganz kleine Mengen. Andere wiederum reagierten mit übermäßigem Harnabgang. Erdbeeren können diesbezüglich also eigenartig wirken. Besonders für Leute, die eine empfindliche Niere haben, und die überhaupt in den Harnorganen empfindlich sind, auch ältere Leute, die mit der Prostata Schwierigkeiten haben, heißt es also sich in acht zu nehmen und nicht viel Erdbeeren auf einmal zu essen. Am besten sind sie zerdrückt in einem Müesli, mit ein bißchen Haferflocken und Milch und etwas naturreinem Honig gesüßt. So erträgt man sie dann noch am ehesten.

Bei Erdbeeren kommt es allerdings sehr stark auf die Düngung an. Erdbeeren, die mit Kompost gedüngt, die biologisch gezogen sind, haben weniger diesbezügliche Nachteile und sind gesundheitlich, ja sogar auch aromatisch besser. Nach dem fragen aber nicht alle Leute. Leider ist es immer noch so, daß man darnach trachtet große Früchte zu bekommen, im Verkauf sehr gut Geld einbringend. Wer aber in der biologischen Düngung Erfahrung hat, der weiß, daß Früchte, die mit Kompost gedüngt worden sind, ebenso groß werden können, und daß sie zudem viel aromatischer sind.

Eigenartig ist, daß Menschen, die zu Ekzemen und Hautausschlägen veranlagt sind, durch Erdbeeren sehr leicht auch Ausschläge bekommen, ähnlich wie die Urticaria, und das läßt schlußfolgern, daß die Harnorgane dadurch beeinträchtigt werden, denn viele Stoffe, also auch natürliche Stoffe, die eine Retention, d. h. eine Rückstauung des Harnes verursachen, fördern bei sensiblen Menschen die Hautausschläge, können also eine Art Urticaria verursachen. Das will nicht sagen, daß in den Erdbeeren ein giftiger Stoff enthalten sei, absolut nicht, sondern die Ursache beruht auf einer Empfindlichkeit gewissen Stoffen gegenüber und diese ist von Mensch zu Mensch verschieden. Wer also darauf reagiert, muß beim Genuß von Erdbeeren etwas mäßig sein, denn sie können Reaktionen wie Nesselfieber hervorrufen und zwar besonders bei allergischen Menschen.

FRAGEN UND ANTWORTEN

Ursächliche Bekämpfung von Aissen

Vergangenen Herbst wandte sich Frau G. aus W. mit folgendem Schreiben an uns:

«Voller Dankbarkeit für all die wertvollen Ratschläge, die ich schon durch Sie empfangen durfte, möchte ich mich in einer neuen Angelegenheit wieder an Sie wenden. Unsere 9jährige Tochter, welcher bis anhin nie etwas fehlte, hat nun seit einem halben Jahre in der Bauch- und Rückengegend ein Aisse nach der andern etwa 20 Stück. Zur Blutreinigung gab ich ihr ungefähr 10 Flaschen Nußschalensirup. Auch nahm sie zwei Zyma-Hefekuren, aber alles nützte nichts. Ich kann dies fast nicht verstehen, da ich soviel auf der biologisch gesunden Ernährung halte! Oder sollte ich mich etwa doch verfehlt haben, indem ich meiner Tochter ein chemisches Wurmmittel, das die Würmer auflösen soll, gegeben habe? Sie ist diesen kleinen Madenwürmchen so sehr unterworfen. — Gewiß haben Sie den rechten Rat und können mir die richtigen Mittel zukommen lassen.»

Unsere Antwort lautete unter anderm wie folgt: Wie Sie sicher wissen, geben Würmer Stoffwechselgifte ab, die vom Darm aufgenommen werden, und die dann den Organismus schädigen. So wird es auch bei Ihrem Kinde sein, da durch die vorhandenen Würmer Giftstoffe im Blut sind, deren sich der Körper nun auf diese Weise zu entledigen sucht. Wir empfehlen Ihnen eine Oxyasca-Wurmkur durchzuführen und zugleich noch die Wurmtropfen zu geben. Sicher werden Sie damit Erfolg haben und diese Schmarotzer zum Verschwinden bringen. Die Aissen wollen Sie äußerlich mit gut heißem Bockshornkleesamen, den Sie anrühren, behandeln. Auch Leinsamen können Sie dazu verwenden, den Sie zu einem dicken Brei aufkochen und gut heiß auflegen. Innerlich geben Sie Hepar sulf. D 4, Viola tricolor D 1 nebst Arnica D 4 ein. Anfangs Februar dieses Jahres berichtete die Mutter dann über einen erfreulichen Erfolg. Sie schrieb:

«Vorerst möchte ich Ihnen bestens danken für Ihre einzigartigen Mittel, die Sie unserem 9jährigen Töchterchen zukommen liessen. — Vergangenen Sommer hatte das Kind gegen 20 Aissen am Rücken. Dagegen nahm es ungefähr 10 Flaschen Nußschalensirup und machte 2 Hefekuren, aber dies alles nützte nichts. Nachdem das Töchterchen nun Ihre geschätzten Mittel eingenommen hatte, blieb es bis heute vollständig frei davon. Dafür möchte ich Ihnen nochmals meinen aufrichtigen Dank zukommen lassen.»

Wie gut ist aus diesem Bericht ersichtlich, daß es notwendig ist, statt nur die Krankheit als solche zu behandeln, zugleich auch ihre tieferliegende Ursache zu bekämpfen.

Hilfreiche Ratschläge bei geschwächter Lunge

Wie stärkend sich Naturmittel, Naturkost und die Berücksichtigung einer naturgemäßen Lebensweise auswirken können, zeigen die Berichte von Hr. K. aus W. Er schrieb Ende Mai 1956:

«Vor 4 Jahren habe ich Ihnen wegen meiner Lunge geschrieben, denn ich hatte die eine Lungenspitze angegriffen. Sie schickten mir Mittel mit guten Ratschlägen für die Naturkost, was ich befolgte. Zur Verwunderung des Arztes war im Herbst alles wieder gut. Noch letzten Frühling sagte er, es sei ganz gut vernarbt. Bei der Kontrolle diesen Frühling zeigte es sich jedoch, daß sich mein Zustand wieder verschlechtert hatte. Ich habe eben letztes Jahr Ihre Ratschläge mißachtet, habe wieder Fleisch und weißen Zucker gegessen und infolge Unfall eines Bekannten den ganzen Winter über zuviel gearbeitet. — Jetzt möchte ich Sie bitten, mir wieder die entsprechenden Mittel zu senden. Ich werde wieder auf die Alp gehen, wo ich mich verhalten werde wie letztes Mal. Von Ihrem Brot esse ich auch. Ich bin überzeugt, daß es für mich das Beste ist nach Ihren Ratschläoen zu leben.»

Unsere Antwort lautete: «Es ist schade, daß es bei Ihnen wieder zu einem Rückfall gekommen ist infolge Ihrer Umstellung in der Ernährung und zuvieler Arbeit. Gerne senden wir Ihnen wieder Urticalcin, Galeopsis, Usneasan und Imperatoria zu, welche Mittel Sie regelmäßig unter Berücksichtigung der entsprechenden Ernährung, einnehmen sollen. Machen Sie auch Tiefatmungsübungen an frischer Luft, und zwar pressen Sie den Bauch heraus und atmen tief und langsam ein, während Sie beim Ausatmen den Bauch einziehen. Sie werden sehen, daß, wenn Sie dies befolgen und die Mittel wieder einnehmen, Sie sicher wieder einen guten Erfolg erzielen werden. — Mitte Februar dieses Jahres ging dann die erfreuliche Bestätigung ein:

«Da ich Ihnen letzten Frühling für Mittel geschrieben habe, möchte ich Ihnen danken und mitteilen, daß wieder alles gut ist. Ich brauchte nicht einmal eine Kur durchzuführen. Im Sommer war ich auf der Alp und ging alle Tage nach dem Mittagessen neben der üblichen Arbeit liegen. Schon im August war die Kontrolle wieder gut, was der Arzt bestätigte. Nun möchte ich Sie bitten, mir nochmals von Ihnen Mitteln zu senden, da ich diesen und Ihren guten Ratschlägen viel zu verdanken habe.»

Solche Berichte sind sehr erfreulich, zeigen sie doch, daß Vorbeugen besser ist als Heilen.

AUS DEM LESERKREIS

Gelée Royale, ein Freund bei hohem Alter

Wie Gelée Royale auch bei vorgeschrittenem Alter noch günstig zu wirken vermag, zeigt folgender Bericht von Frau B. aus P.:

«Habe vor einigen Monaten ein Döschen Gelée Royale bei Ihnen bestellt, erhalten und nach Vorschrift eingenommen. Und nun der große Erfolg! — Zwei Jahre litt ich an den Knien und Beinen unter starker Arthritis und war sehr gehemmt in der täglichen Hausarbeit, wie auch im Gehen auf der Straße. Nun zu meiner großen Freude darf ich Ihnen mitteilen, daß die Schmerzen verschwunden sind, und ich wieder mit Lust und Freude meiner Hausarbeit nachgehen kann. Ein natürliches, wunderbares Verjüngungsmittel, da ich bald das 78. Jahr hinter mir habe. Ich kann aber gleichwohl die verschiedenen andern Tropfen nicht außer acht lassen, denn ich muß immer wieder an verschiedenen Orten nachhelfen. Nun, ich bin sehr zufrieden und dankbar, da ich weiß, daß ich bei Ihnen das erhalte, was mir hilft gegen allfällige Leiden.»

Dieser Bericht wird manchen davon überzeugen, daß dem Nährsaft der Königinbiene wirklich besondere Kräfte innewohnen.

Bericht aus Australien

Eine Schweizerin, die wir schon seit ihrer Kindheit kennen, wanderte von Brasilien nach Australien aus und erzählt uns nun über die Eindrücke, die sie dort empfangen hat, wie folgt:

«Es drängt mich, Euch ein wenig von Australien zu erzählen. Wir sind nämlich umgezogen, und wo wir jetzt wohnen, ist es wirklich schön. Es ist 25 Meilen vom Stadtzentrum entfernt, in herrlicher, gebirgiger Waldgegend. Eucalyptus-Bäume wechseln ab mit verschiedenen Nadelbäumen. Es gibt auch Obstgärten hier mit Citronen- und Orangenbäumen, wie auch mit Apfel-, Zwetschgen-, Pfirsichbäumen und anderem mehr. Wenn ich mich im Walde aufhalte, bin ich fast versucht, zu meinen, ich sei in einem Schweizerwald, wenn nicht plötzlich ein purpurroter Papagei vorüberfliegen würde, sich laut bemerkbar machend, oder wenn nicht plötzlich der Lachvogel laut auflachen würde. Dann weiß ich immer wieder, daß ich in Australien bin. — In den Wäldern ist es auch im Sommer grün, aber wo keine Bäume sind, herrscht endloses Gelb, von der Sonne verbranntes Gras. Wehe, wenn das zu brennen anfängt, denn da ist kein Wasser zum löschen! Jeden Sommer gibt es in Australien riesige Gras- und Waldbrände, die manchmal Hunderte und Tausende von Ackern öde machen!

Die Menschen leben hier von Regenwasser, das in großen Blechtonnen gesammelt wird und vom Dach herunterrinnt. Melbourne erhält sein Wasser aus riesigen Stauseen, die vom Regen und von Flüßen genährt werden. Es gibt also keine Brunnen hier.

Die Australier sind schöne, große, schlanke Menschen. Ihre Nahrung besteht aus Fleisch und Gemüse, hauptsächlich aus Hammelfleisch. Hauptgemüse sind: Tomaten, Erbsen und Carotten. Die Australier genießen wenig Stärkenahrung, aber wie die Engländer immer wieder Tee. Das Hefeprodukt Cenovis wird jeden Tag auf das Lunchbrot gestrichen. Darauf kommen noch Salatblätter und Tomatenscheiben. Rohrzucker und Weizenkeime bekommt man hier auch. Die schwangeren Frauen werden geradezu dazu angehalten jeden Tag Weizenkeime zu essen. Sie müssen regelmäßig jeden Monat und zuletzt jede Woche einmal zur Kontrolle im Spital erscheinen. Kinder sind für dieses menschenleere Land wichtig. Auch müssen die Schwangeren jeden Tag Turnübungen machen. Nur schade, daß sie ihnen eins nicht verbieten, das Rauchen. — Noch kein Land habe ich gesehen, wo die Frauen soviel rauchen. Ja, im Spital rauchen sie sogar, daß die armen kleinen Babies, kaum sind sie auf der Welt, schon husten müssen. Auf der einen Seite sind die Australier sehr fortgeschritten, auf der andern Seite wieder sehr zurück.

Wir sind jetzt in der Brombeerzeit. Von vielen Leuten werden die Brombeeren als Unkraut angesehen. Sie wachsen hier in großen Mengen wild auf den Hügeln. Es gibt Farmen, die sich erwerbsmäßig mit deren Ausrottung befassen. Ich freue mich natürlich, daß es so viele Brombeeren gibt und gehe oft welche sammeln und mache davon Birchermüesli. Heute beim Brombeerensuchen kam mir plötzlich ein angenehmer Geruch in die Nase. Ich ging der Spur nach und was sah ich da? Pfeffermünzen waren es, die aus den Dornen der Brombeeren hervorschauend sich bemerkbar machten! Das habe ich schon lange gesucht! In der Stadt muß man für ein kleines Päcklein etwa 4 Fr. bezahlen. Das letzte Jahr sammelte ich tagelang Hagebutten, und dieses Jahr sind es Brombeeren und Pfeffermünzen. Das war nun eine kleine Schilderung über meine Eindrücke hier in Australien.»

Die Schreiberin dieser Zeilen war vor ihrer Uebersiedlung nach Australien noch einige Zeit in der Schweiz auf Besuch. Sie war damals in einem solch schlimmen Gesundheitszustand, daß wir befürchteten, sie erreiche Australien nie. Dank ihrer naturgemäßen Einstellung und Lebensweise überbrückte sie jedoch die Schwierigkeiten und lebte sich, wie der Bericht zeigt, gut in ihrer neuen Heimat ein.

Leider nimmt das Rauchen der Frauen immer mehr überhand, nicht nur in Australien, sondern auch bei uns. Junge Mädchen, Frauen mittleren Alters, alte Großmütter, alles beginnt mit der größten Selbstverständlichkeit zu rauchen, ohne dabei irgendwie ein verstecktes Schamgefühl überwinden zu müssen. Kein Wunder daher, wenn man diese Sucht auch während der Stillzeit nicht lassen kann und sie kühn als völlig ungefährlich hinstellt, wie überhaupt alle Verkehrtheiten moderner Lebensweise. Dabei ist aber sogar wissenschaftlich nachgewiesen, daß schon nach einigen Stunden das Nikotin in der Muttermilch zu finden ist.

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

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.