

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Band:** 17 (1960)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Kleiner Wink für den Garten  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-969479>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 15.10.2024

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



den und ihre Schmackhaftigkeit verlieren. Wir säen also jeweils nur so viel aus, als wir für die Zeit von 14 Tagen benötigen. Auf diese Weise können wir stets frische, junge Radieschen ernten bis die Hitze kommt, in der sie nicht mehr gut gedeihen. Sie sind also ein ausgesprochenes Frühjahrgewächs.

### Kleiner Wink für den Garten

Es lohnt sich, im Frühling den Garten von allem Unkraut gründlich zu säubern. Wieviel Arbeit und Verdruß diese vielleicht unnötig erscheinende Vorsichtsmaßnahme erspart, weiß vor allem jener, der den Kampf gegen das Unkraut kennt. Er sucht daher nach Mitteln und Wegen, um ihn möglichst einzudämmen. Daher wird er auch stets darauf bedacht sein, daß das Unkraut nie zum Blühen kommt, damit es sich nicht versamen kann. Dadurch hat er auch nie Gelegenheit blühendes Unkraut, das auf dem Kompost nachreifen und versamen könnte oder gar solches mit ausgereiftem Samen, wegschaffen zu müssen. Dies würde nämlich eine Unvorsichtigkeit bedeuten, die ihm viel unerwünschte Mehrarbeit einbrächte, denn er mag solchen Kompost noch so eifrig durchsieben, die kleinen Samen entgehen ihm dabei doch. Zusammen mit dem sonst so

Sehr schmackhaft sind diese milden Rettiche mit Joghurt zusammen, der allerdings nicht gezuckert sein darf. Auch mit Quark oder auf belegten Brötchen munden die hübschen, roten Radieschen ausgezeichnet. Sie sind ebenfalls eine erfrischende Beigabe zu irgend einem grünen Frühlingsalat.

wertvollen Kompost landen sie alsdann auf dem schön zubereiteten, unkrautfreien Gemüsebeet, wo sie eine unbeliebte Ueberraschung anrichten, denn Unkraut verdirbt bekanntlich nicht und sein Same sproßt vielleicht noch leichter, als jener der Nutzpflanzen. Wenn wir also all diesen unangenehmen Möglichkeiten entgehen wollen, ist es gut, schon im frühen Frühling Fleiß anzuwenden, um das Unkraut gründlich auszurotten.

Eine weitere Vorarbeit liegt auch noch darin, den reifen Kompost durchzusieben, damit er zur Anbauzeit zur Verfügung steht.

Erbsen und Rübli bringen wir bereits in den noch winterfeuchten Boden, was eine frühe und gute Ernte sichert. In Berggegenden müssen wir damit allerdings noch einen Monat zuwarten.

## FRAGEN UND ANTWORTEN

### Hilfe bei angeborener Muskel- und Nervenschwäche

Frau M. aus G. schrieb uns am 19. September 1959 einen ausführlichen Bericht über ihr Ergehen. Schon als Kleinkind hatte sie viele und starke Krämpfe und ihre Entwicklung machte nur langsame Fortschritte. Auch während der Schulzeit litt sie viel an Krämpfen und zudem an großer Müdigkeit. Nach der Verheiratung wurde sie Mutter von vier Kindern. Leider erging es ihr nach jeder Geburt etwas weniger gut und die Störungen stellten sich von Jahr zu Jahr mehr ein. Die Aerzte befürchteten immer wieder die Möglichkeit einer Lähmung. Im Laufe der Jahre befand sich die Patientin mehrmals im Spital und erhielt verschiedene moderne Mittel und Spritzen gegen Krämpfe, Bewußtlosigkeit, Abmagerung und Periodenbeschwerden, die jeweils mit Fieber begleitet waren. Obwohl besonders zuletzt eine

gewisse Besserung erzielt werden konnte, sahen die Aerzte den Zustand doch für unheilbar an. Die Patientin war zwar glücklich, daß sie bereits 2 Stunden ohne Schmerzen im Haushalt arbeiten konnte, worauf sie allerdings infolge zu großer Muskel- und Nervenschwäche wieder liegen mußte. Sie gelangte nun mit der Hoffnung an uns, daß doch auch für ihre Krankheit ein Kräutlein gewachsen sein möge, da ihre Kinder sie noch nötig brauchten, und auch ihr Mann wollte kein Opfer scheuen, wenn sie nur noch da sein konnte.

Sie erhielt nun von uns zur Stärkung Urticalcin und Vitaforce und gegen die Krämpfe Magnesium D 6 und Belladonna D 4. Ferner wurde ihr eiweißarme und salzarme Kost ohne Weißmehl und Weißzuckerwaren verordnet und als Anhaltspunkte für weitere Ernährungsfragen konnte sie sich noch der Kleinbrotschüre über «Zweckdienliche Ernährung» bedienen. Ferner wurde der Kranken geraten,