

# Erhöhte Widerstandsfähigkeit gegen Radioaktivität durch Kalkgenuss

Autor(en): [s.n.]

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **17 (1960)**

Heft 7

PDF erstellt am: **27.06.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-969514>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.



beitragen würden, die lastenden Ernährungssorgen zu beheben, sollten auch diese unbedingt in Angriff genommen werden.

Wenn all diese erwähnten Hilfeleistungen berücksichtigt würden, wäre es möglich, im Lauf der Jahrzehnte oder Jahrhunderte sogar statt 2½ ruhig auch 20 Milliarden Menschen zu ernähren. Sicher hat der Schöpfer keine Fehlrechnung vorgenommen, als er dem ersten Menschenpaar den Auftrag erteilte, die Erde zu füllen und sie

sich untertan zu machen, wobei er allerdings nicht befahl, sie zu überfüllen. Würden wir zudem die Naturgesetze beachten, den weisen Kreislauf der Dinge nicht stören und nichts aus seiner schöpferischen Ganzheit reißen, dann würden wir dadurch unsern Pflichtenkreis bestmöglichst wahrnehmen und könnten alle weiteren Sorgen ruhig der Weisheit und Allmacht des Schöpfers überlassen.

### **Erhöhte Widerstandsfähigkeit gegen Radioaktivität durch Kalkgenuss**

Immer mehr beschäftigt die Frage der Radioaktivität unsere Gemüter. Es ist daher begreiflich, daß jede Hilfeleistung, mag sie auch nur klein erscheinen, sehr willkommen ist. Von wesentlicher Bedeutung sind für uns deshalb die Beobachtungen, die anzeigen, daß reichlicher Kalkgenuß, vor allem pflanzlicher Kalk, eine größere Widerstandsfähigkeit gegen radioaktive Strahlen erwirkt. Sehr kalkreich sind besonders die Blätter und Stengel der Oberkohlrabi, weshalb es einleuchtend ist, daß man diese stets verwertet und nicht etwas zum Abfall wirft. Auch sollte man darauf achten, viel Rohkost einzunehmen, da es eine erwiesene Tatsache ist, daß der Vegetarier, der zwar in anderer Hinsicht empfindlicher sein mag als der Fleischesser, besonders bei reichlicher oder ausschließlicher Rohkost unter der Radioaktivität weniger leidet als jener, der sich hauptsächlich von Fleisch ernährt. Dieser Vorzug ist dem größeren Mineralreichtum zuzuschreiben, den die Nahrung des ersteren enthält. Auch die Milch und Milchprodukte, vor allem der Quark, sind in diesem Zusammenhang noch zu erwähnen, da auch sie in der Hinsicht eine ganz vorzügliche Nahrung darstellen. Alle, de-

nen die Milch bekömmlich ist, sollten sich ihrer daher reichlich bedienen. Sie hilft nicht nur, einen Teil des Eiweißbedarfes zu decken, sondern liefert zudem noch einen vorzüglichen, gut assimilierbaren Kalk und ist deshalb nicht nur für die heranwachsende Jugend, sondern auch für ältere Leute von großer Bedeutung. Man sollte viel mehr Buttermilch, Schotte, Käsemilch oder Quark und Joghurt genießen. Auch das Molkosan ist als Milchserum sehr reich an organisch gebundenem Kalk, der vom Körper leicht verarbeitet werden kann. In diesem Zusammenhang ist auch noch das ebenfalls leicht assimilierbare biologische Kalkpräparat Urticalcin zu erwähnen, da es besonders bei Kalkmangel günstig nachzuhelfen vermag.

Wir sollten also immer darauf bedacht sein, statt den üblichen Fleisch- und Eierspeisen, statt Makkaroni, Spaghetti und andern Weißmehlprodukten nebst Weißzuckerwaren zuzusprechen, zu unveränderter Naturkost überzugehen. Diese Umstellung wird uns gegen die zunehmende Radioaktivität eine große, ja womöglich sogar die beste Hilfe darstellen, die wir bis jetzt gefunden haben.

### **Der Magen ist kein Vergnügungsort**

Diesen eigenartigen Titel wählte seinerzeit vor 40 Jahren Dr. v. Borosini für eine seiner Arbeiten. Er wollte damit kraß zeigen, daß dem Magen nicht all das zugemu-

tet werden darf, was der Gaumen wahllos als Genuß empfindet. So ist es beispielsweise völlig verkehrt, nach dem Grundsatz zu handeln: «Eher den Magen verrenken,