Drei leicht zugängliche Naturheilmittel

Autor(en): **[s.n.]**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

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

Heft 7

PDF erstellt am: **09.08.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-969518

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.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

funden zu haben. Sie erlagen den vielseitigen Einflüssen, kämpften sich zu wenig durch und statt ihr besseres Ich zu finden und zu fördern, wurden sie das Opfer ihrer Schwächen.

Drei leicht zugängliche Naturheilmittel

Früher habe ich mich oft und gern mit Leuten, die über 90 Jahre alt waren, unterhalten, um zu erfahren, warum sie so alt werden konnten. Die Schwester meiner Großmutter habe ich mit meiner Mutter zusammen besucht, als sie ihren 96. Geburtstag feiern konnte. Sie war noch immer rüstig und las jeden Tag die Zeitung und zwar ohne Brille, was mich damals, ich war bereits 24 Jahre alt, sehr in Erstaunen versetzte. Auch ihre Stimme war noch kräftig, und meine Mutter hätte es nie gewagt, ihr zu widersprechen. Bestimmt war das Erreichen solch hohen rüstigen Alters größtenteils der guten Erbanlage, von der auch ich noch nutznieße, zuzuschreiben. Aber auch noch drei andere Gründe mögen wesentlich zum hohen Alter beigetragen haben .Ihr ganzes Leben hindurch mußte diese Frau sehr streng und viel arbeiten. Doch eines ließ sie sich dabei nicht nehmen. Sie gönnte sich Zeit zum Essen und hatte auch einen Genuß an ihrer einfachen, natürlichen Kost. Sie nahm sich ferner Zeit zum Arbeiten, benützte den frühen Morgen und machte beizeiten Feierabend. Auch fand sie Zeit zur Entspannung und genügend Zeit zum Schlafen.

Ländliche Gewohnheiten von damals

Obschon für Landleute zu jener Zeit Ferien noch ein unbekannter Begriff waren, gab es für sie dennoch Entspannungsmöglichkeiten, denn diese waren damals ebenso notwendig wie heute. Wenn abends die Glocken läuteten, saß man bei schönem Wetter auf der Bank vor dem Hause, redete noch miteinander, genoß die Ruhe und Stille und den abendlichen Frieden, und bevor es dunkel wurde, ging man zu Bette. Beim Petroleumlicht war das Lesen nicht angenehm und künstliches Licht ist für die Augen ohnedies nicht gut. So dachten die alten Leute, und sie hatten bestimmt recht damit, was besonders die Brillenfabrikanten bestätigen können.

Sobald am frühen Morgen die Sonne erschien, rührte sich alles im Bauernhause. Die Arbeit war oft streng und schwer, aber sie wurde mit Kraft, mit Freude und Liebe vollführt, was sie zur Hälfte leichter werden läßt. Auch benötigt sie auf diese Weise nur einen Drittel der Kraft, als wenn sie unwillig und freudlos verrichtet werden muß.

Heutige Umstände und persönliche Abhilfe

Die große innere und äußere Unruhe, die die meisten Menschen heute beherrscht, ihr gezwungenes, freudloses Arbeiten löst mehr Krankheiten aus als alle Bakterien der Erde. Menschen, die acht Stunden ohne Freude und Begeisterung arbeiten müssen, nur um am Ende des Monats ihren lebensnotwendigen Geldbetrag entgegennehmen zu können, sind arme Menschen. Wieviel besser hatte es da sogar ein Sklave des Altertums, der das Glück besaß, einem anständigen Herrn anzugehören, dem er in Liebe dienen konnte! Für die heutigen Sklaven der Wirtschaft und des Mammons gibt es keine Chancen, einen angenehmen Meister über sich zu haben, dem man mit anspornender Freude dienen möchte. Diese Art Sklaventum hat sich in der Regel selbst dem Mammon, der Langeweile und dem Pessimismus verschrieben. Allerdings scheint es diesen neuzeitlichen Sklaven nicht bewußt zu sein, daß sie diesen Herren dienen. Es gibt viele Menschen, die über ihr Geschick murren und klagen, obwohl sie es sich selbst geschaffen und gewählt haben. Wenn man sie aber darauf aufmerksam macht, schütteln sie ungläubig den Kopf, beginnen eine endlose Polemik und geben allen und allem andern die Schuld, nur nicht sich selbst.

Wie oft habe ich in der Sprechstunde seelisch und körperlich kranke Menschen auf einfache, grundlegende Fehler in ihrer Denk- und Lebensweise aufmerksam gemacht. Dies hatte dann zur Folge, daß mich solche Kranke des öftern ganz entgeistert anschauten, denn es wäre ihnen lieber gewesen, nur gute Heilmittel zu bekommen, als auch

noch eigene Anstrengungen auf sich nehmen zu müssen, um falsche Ernährungs-, Denk- und Lebensgewohnheiten korrigieren zu können. Es ist aber gar nicht so schwer, wie viele meinen mögen, sich jene drei Naturheilmittel anzueignen, die selbst dem ärmsten Menschen zugänglich sind und besser wirken als tausend Spezialitäten der modernen Heilmittelindustrie, handelt es sich doch dabei um ganz einfache Forderungen der Natur. Wir müssen lernen, unsere natürliche Nahrung langsam zu essen, müssen unsere tägliche Arbeit freudig und mit Liebe verrichten und als natürliche Folge werden wir dann auch ruhig und genügend schlafen. Diese drei grundlegenden Hilfsmittel sollten wir uns von dem entgegengesetzten Zeitgeist nicht rauben lassen, vermögen sie doch unser Leben bedeutend angenehmer zu gestalten, auch können wir durch sie eher gesund bleiben und dadurch auch länger leben, wie dies einst unsern Vorfahren, die sich nach den erwähnten Grundregeln richteten, möglich war.

FRAGEN UND ANTWORTEN

Rasch verlaufene Geburt

Am 21. Dezember letzten Jahres schrieb uns Frau U. aus Z.:

«Da ich auf Mitte März mein zweites Kind erwarte, möchte ich bei Ihnen auch wieder von diesem Mittel bestellen, das die Wehentätigkeit anregt. Ist es nicht Sorathamnus? Wollen Sie mir bitte noch schreiben, wie lange vor der Geburt ich beginnen soll, diese Tropfen einzunehmen. Auch leide ich im Moment an einem stark beißenden Ausfluß. Spülungen mit Molkosan haben mir immer sofort geholfen, aber da ich in meinem jetzigen Zustand keine Spülungen vornehmen darf, möchte ich Sie anfragen, ob Sie wohl auch irgendwelche Ovale haben, die mir helfen könnten? Der Arzt verordnete Viozol. Aber das Mittel reizt mich nur noch mehr und vergrößert den Juckreiz.»

Unsere Antwort lautete, daß Sorathamnus scop. die letzten 4 Wochen vor der Geburt einzunehmen sei. Gegen den Fluß empfahlen wir Waschungen mit Käslikrautabsud oder verdünntem Molkosan und Einnahme von Sepia D 6. Nur mit äußerster Vorsicht sollte zu Spülungen Zuflucht genommen werden und zwar 3—5 Eßlöffel Molkosan auf einen Liter Wasser. Besser aber ist, es in solchem Zustand mit den Waschungen bewenden zu lassen. Am 11. März 1960 ging dann folgender Bericht ein:

«Ihre vorzüglichen Mittel haben mir während der ganzen Schwangerschaft treffliche Dienste geleistet. Die Geburt ging sehr gut, und das Kind war innert zwei Stunden auf der Welt, dank den guten Wehen, die ich hatte. Sorathamnus nahm ich regelmäßig ein, was mir sicher zu diesem Erfolg geholfen hat. Dank Hyperisan, das ich auch im Wochenbett einnahm, habe ich gar keine Schwierigkeiten mit den Beinen. Ich fühle mich frisch und wohl und darf schon am 8. Tag heim.»

Jede Mutter wünscht sich bestimmt einen so günstigen Verlauf der Geburt, der natürlich noch durch die Einnahme der Venenmittel Hyperisan, Urticalcin und Aesculus hipp. während der Schwangerschaft vorzüglich unterstützt wird.

BERICHTE AUS DEM LESERKREIS

Bronchialbeschwerden verschwinden

Da der vierjährige Knabe von Familie N. aus B. immer wieder Erkältungen und durch diese auch Bronchialbeschwerden unterworfen war, wurden dem Kinde zur Hebung seiner Widerstandskraft folgende Mittel verabreicht: Urticalcin, Vitaforce, Galeopsis und Imperatoria, wie auch die Asthmatropfen und Thydroca, denn bereits hatte der Arzt den Beginn eines Bronchialasthmas festgestellt.

Da die Eltern eine gesunde Naturkost beachteten, war in der Hinsicht keine Aenderung geboten. Nur wurde noch auf die Möglichkeit hingewiesen, dem Kinde durch Tiefatmungsübungen das richtige Atmen beizubringen. Zwei Monate später, am 4. Januar 1960, ging über das Befinden des Kindes folgender Bericht ein:

«Vor allem möchte ich mich zuerst bei Ihnen bedanken für Ihr Schreiben und die Medikamente, die Sie für unser Kind Franzli am