

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Band:** 22 (1965)  
**Heft:** 12

**Artikel:** Die Rubiasankur  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-969203>

### **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:** 06.10.2024

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

Dann und wann kann man dieses auch in Pulverform durch die Nase einziehen, was sehr heilsam wirkt, ebenso das tägliche Einreiben der Nase mit Bioforce-Crème. Diese Salbe hilft gegen die trockenen Schleimhäute. Zu gleicher Zeit erfolgt auch noch die Einnahme von Galeopsis, Kal. jod. D4 und Arsen. album D4. Vorteilhaft ist auch die tägliche Einnahme von 2—3 Teelöffeln Bienenhonig. Man kann diesen auch in Fruchtsaft aufgelöst, einnehmen. In der Ernährung achtet man

gewissenhaft auf Naturkost und meidet jegliche entwertete Nahrung, wie Weissmehlprodukte und Weisszuckerwaren. Auch tierische Fette kommen nicht in Frage.

Wer diese Ratschläge frühzeitig und vorschriftsgemäss beachtet und die Kur bis zur völligen Heilung wiederholt, wird allmählich von dem lästigen Übel, das der Heuschnupfen zur frohen Blütenzeit in doppeltem Masse darstellt, befreit werden.

### Die Rubiasankur

Dass Rubia bei Nierenkoliken gute Hilfe leisten kann, weil diese einfache, als Färberwurzel bekannte Pflanze, Nierensteine zu lösen vermag, geht aus vielen Bestätigungen hervor. Vor allem sollte sich der Patient vor Erkältungen und Übermüdung schützen. Während der Kur und auch noch später sollte man zur Festigung des Zustandes eine Schondiät beachten. Der Patient hat alle denaturierten Nahrungsmittel wie Weisszuckerwaren und Weissmehlprodukte zu meiden. Kochsalz und scharfe Gewürze darf man bei der Zubereitung der Speisen nicht verwenden, ebenso sollte man bei einem Nierensteinleiden auch auf Rosenkohl, Spinat, Spargeln, Rhabarber und vor allem auf Schweinefleisch und Wurstwaren verzichten. Da ein Vitamin-A-Mangel die Bildung von Gries und Steinen fördert, sollte man diesem durch regelmässigen Genuss von Karottensalat oder Karottensaft entgegenwirken. Bei Blutungen darf man ausser Quark kein tierisches Eiweiss einnehmen. Am besten wirkt sich die Einnahme von viel Naturreis, Gemüse und Salaten aus.

Auch physikalische Anwendungen helfen den Zustand bessern. Man legt abends jeweils feuchtheisse Heublumen- oder Kamillenwickel in der Nierengegend auf und lässt diese eine halbe Stunde wirken. Sitzbäder sind ebenfalls vorteilhaft. Wenn die Steine Nierenblutungen verursacht haben, muss der Patient Millefolium, Hamamelis virg., Echinaforce und Tormentavena ein-

nehmen. Auch Cantharis D6 ist für dieses Leiden günstig.

Indem man die Durchführung der gegebenen Ratschläge sorgfältig beachtet, wendet man gleichzeitig die Rubiasankur an. Während der Einnahme der Rubiasan-tabletten nimmt man nur wenig Flüssigkeit zu sich. Hat man ein Schächtelchen der Tabletten eingenommen, unterbricht man die Kur für 1 Woche, während welcher man sehr viel Flüssigkeit zuführt, um dadurch die Nieren richtig durchzuschwemmen. Auf diese Weise kann man verhindern, dass sich erneut Gries oder Steine bilden. Nach Ablauf dieser Woche erfolgt erneut die Einnahme von einem Schächtelchen Rubiasan-tabletten mit eingeschränkter Flüssigkeitsaufnahme in Form eines schwachen Nierentees mit Nephrosolid, worauf eine weitere Woche ohne Tabletten mit viel Flüssigkeit folgt. Nun wiederholt sich die Einnahme der Tabletten und der nachfolgenden Woche mit viel Flüssigkeitseinnahme ein drittesmal, worauf die Gesamtkur beendet ist.

Selbst wenn sich durch die Kur die Nierensteine lösen, und dies ist in der Regel der Fall, sollte man vorsichtshalber die Kur alle 3 Monate in verkürzter Form wiederholen. Ebenso sollte man der Diät weiterhin sorgfältige Beachtung schenken. In Zukunft kann man die Rubiakur auch noch erfolgreich unterstützen, indem man gleichzeitig den Tee aus Chanca Pieta, einer Pflanze aus den tropischen Urwäldern Perus, einnimmt.