Objekttyp: **Advertising**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **23 (1966)**

Heft 8

PDF erstellt am: **27.07.2024**

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

einfach nur so hinnehmen. Man sollte also folgende Ratschläge beachten. Während der Periode sollte man nicht mit physikalischer Therapie eingreifen, denn es ist nicht gut, den Körper in dieser Zeit mit starken Reizen zu stören. Ein unschädliches pflanzliches Mittel, welches krampflösend wirkt, sollte beigezogen werden. Bekanntlich leistet Petadolor gegen Krämpfe gute Hilfe. Oft bringt man sie damit fast ganz weg.

Will man die Behebung einer hartnäckigen Neigung zu Krämpfen noch weiter günstig beeinflussen, dann muss man zu Mitteln greifen, die den Kreislauf anregen. Hierzu dienen Hyperisan und Aesculus hippocastanum, denn sie unterstützen die erfolgreiche Pflege wesentlich.

Auch die Zeit zwischen den Perioden kann man für heilsame Anwendungen benützen. Gut wirken sich vor allem Wasseranwendungen aus. Neben Kamillensitzbädern sind auch noch Dauerduschen, Schlenzbäder und die Sauna empfehlenswert. Alles, was die Durchblutung im Unterleib fördert, kann hilfreich wirken.

Mädchen, die viel lesen, können diese Zeit gleichzeitig dazu benützen, sich während des Lesens der Knie-Ellenbogen-Lage zu bedienen, da sich die Gebärmutter in dieser Stellung durch das Eigengewicht in die richtige Lage versetzt. Oft vergisst man alle Beschwerden, sobald sie vorüber sind, wieder und versäumt es daher die Zwischenzeit zur notwendigen Pflege zu benützen. Erst wenn die Krämpfe erneut auftreten, erinnert man sich wieder daran. Eine Schwangerschaft kann diese Beschwerden in der Regel bessern. Mütter übertragen solche Veranlagungen oft auf ihre Töchter, und es ist gut, wenn sich diese bei ihnen über den Sachverhalt erkundigen, denn je besser man Bescheid weiss, um so besser kann man sich auch darnach richten.

Auf keinen Fall sollte man chemische Mittel anwenden, da diese höchstens für den Augenblick eine teuer bezahlte Hilfe leisten. Wer allzuoft dazu greift, geht die Gefahr ein, nach einiger Zeit süchtig zu werden. In solchem Zustand fühlen sich die Frauen oder Mädchen überhaupt nur wohl, wenn sie diese chemischen Tabletten schlucken können, und zwar auch ausser der Periodenzeit. Leider haben wir bereits Tausende von süchtigen Mädchen und Frauen in der Schweiz, die auf die erwähnte Weise oder auf eine ähnliche, scheinbar harmlose Art mit chemischen Schmerzstillmitteln begonnen haben. Es ist daher sehr angebracht, sich nicht etwa bequemlichkeitshalber zur Einnahme der ersten Tablette verleiten zu lassen, denn es ist besser, sich durch eine entschlossen ablehnende Einstellung vorzusehen und zu schützen, als das weitere Leben hindurch den Schaden zu haben.

Da die nervöse Hast unserer Tage das Leben in ständiger Spannung hält, ist es angebracht, während der Zeit der Periode einen Ausgleich zu schaffen, indem man sich bemüht, innere Ruhe einzuschalten, mag dies auch schwer erscheinen. Die seelische Entspannung hilft mit, die Spasmen zu lösen, da diese durch eine negative geistige Einstellung gefördert werden.

Allgäuer Moor
in seiner erstklassigen Qualität als **Moorbad**

Moortrinkkur
Moorpackung
Moorschlammbad
Moorsalbe

erhalten Sie nun auch in Ihrem Reformhaus.
Generalvertretung für die Schweiz:
Bioforce AG, Roggwil TG

Vergnügt salzlos essen

Ein Widerspruch? Nein, denn Thomy Diät-Senf — obwohl kochsalzfrei — würzt pikant. Fleisch- und Fischgerichte, Gemüse, Rohkost und Salat: Mit Thomy Diät-Senf bereichert schmeckt alles appetitlich fein. Holen Sie sich Thomy Diät-Senf im Reformhaus oder im Spezialgeschäft.

THOMY Diät-Senf

Herbamare

Wenn Sie Übergewicht haben,
dann sollten Sie Meerpflanzen in Ihrer Ernährung einschalten.

Herbamare enthält Meerpflanzen mit gartenfrischen, biologisch gezogenen Gewürzpflanzen.

Gehaltlich und geschmacklich ist Herbamare etwas völlig Neues.

Verwenden Sie Herbamare einmal und Sie möchten dieses Kräutersalz, wie Tausende anderer Hausfrauen nicht mehr missen.

Praktische Streudose Fr. 2.80

EIN BEWÄHRTES A. VOGEL-PRODUKT

Dose ca. 50 Tassen nur Fr. 2.50

Schlafen Sie gut?

Gesunder Schlaf ist die Voraussetzung für Leistungsfähigkeit und gute Laune. Trinken Sie darum täglich 100% koffeinfreien Früchte-Kaffee-Extrakt

Bambu

BAMBU ist der neue Name der seit 40 Jahren bewährten Vogel's Früchte-Kaffee-Mischung (Eicheln, Feigen, Getreide und Wurzeln) in Extraktform.
Für eine Tasse guten Früchtekaffee nehme man einen Teelöffel voll Extrakt und übergiesse denselben mit heissem Wasser.
Besonders delikat mit roher Milch oder Rahm.
Auch für Kinder !

Verlangen Sie daher BAMBU überall da, wo Sie die andern Vogel-Produkte einkaufen.

Bioforce AG. Roggwil TG

Ein zuverlässiger Berater in Ihrem Hause

kann Ihnen viel Leid und Sorge ersparen. Auf 864 Seiten finden Sie alles, was in 45 Jahren von Naturarzt A. Vogel, dem Herausgeber dieser Zeitschrift, niedergelegt worden ist. Beachten Sie, dass **«Der kleine Doktor»** in seiner Neuauflage doppelt soviel Text enthält wie frühere Ausgaben. Schenken Sie diese Neuausgabe auch Ihren Freunden und Sie werden dadurch viel Segen spenden. Für Ihre Leber erhalten Sie Rat und Kochrezepte im Buche **«Die Leber als Regulator der Gesundheit».**

Verlag A. Vogel, 9053 Teufen AR