Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 24 (1967)
Heft: 7

Artikel: Rheuma
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-552881

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 15.07.2025

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

sich umzustimmen und zu reinigen. Ich habe selbst in jungen Jahren und auch später noch oft längere Zeit von reiner Rohkost gelebt und mich dabei wohl und ässerst leistungsfähig gefühlt. Aber Kartoffeln, Naturreis, Mais, Soya und viele andere wertvolle Nahrungsmittel sind roh nicht schmackhaft, weshalb sie sich auch nicht zur Rohkost eignen, es sei denn, sie sind in Flockenform erhältlich. Es ist indes vorteilhaft, die erwähnten Nahrungsmittel in gekochtem Zustand der Rohkost beizugeben.

Artikel, wie sie das erwähnte Genossenschaftsblatt herausgegeben hat, sind irreführend für den Leser, setzen sie doch den hohen, gesundheitlichen Wert der Rohkostnahrung herab und stellen sie in ein falsches Licht. Warum muss man überhaupt etwas Gutes angreifen, nur weil man damit nicht einig geht? Verrät das nicht deutlich, dass man entweder geschäftliche Vorteile erzielen möchte, oder dass man sehr engherzig und kurzsichtig ist? Wer mit seiner Lebensweise andern nicht schadet, hat bestimmt das volle Recht, sie unbehelligt auszuüben, zumal, wenn sie seiner Gesundheit dient. Manchem, der nach alter Väter Sitte kräftig isst, vor allem jenen, die geistig einseitig arbeiten, ja selbst einem Universitätsprofessor würde es gesundheitlich nützlich sein, von Zeit zu Zeit eine Rohkostkur durchzuführen. Dadurch würde es unter Umständen diesem und jenem gelingen, sich vor allzufrüh auftretenden Alterserscheinungen zu bewahren. Die schlimmen Folgen verminderter geistiger und physischer Leistungsfähigkeit würden sich dadurch weniger einstellen und das Altern wäre weniger beschwerlich.

Rheuma

In jedem Kontinent plagt die Rheumakrankheit Millionen von Menschen. Man hat deshalb schon viel über diese Krankheit geschrieben, aber gleichwohl ist man noch gar nicht sicher, wodurch dieses Leiden überhaupt ausgelöst wird. Stoffwechselschlacken wie die Harnsäure, spielen dabei gewiss eine wesentliche Rolle. Da jedoch nicht alle Menschen mit Stoffwechselschlacken unter Rheuma zu leiden haben, muss noch etwas anderes vorliegen, das die Krankheit zum Ausbruch bringt. Einige Forscher versuchen den Beweis zu erbringen, dass Viren mitverantwortlich seien. Es liess sich jedoch noch nicht genau feststellen, ob und wieviele der Viren dabei beteiligt sind. Was jedoch die Grundursache der Erkrankung betrifft, steht einwandfrei fest, dass die Feuchtigkeit und Kälte dabei eine wesentliche Rolle spielen.

Es ist daher begreiflich, dass viele Metzgersleute und Wirte, wie auch Leute, die in Käsereien beschäftigt sind, an Rheuma leiden, denn der Aufenthaltswechsel aus den Kühlräumen in die geheizten Arbeitslokale ist sehr ungünstig. Ebenso können Zement- und Steinplattenböden viel zur Rheumabildung beitragen. Wer in alten Häusern wohnt, bei denen man schon von aussen feuchte Mauerstellen beobachten kann, ist sehr gefährdet. In der Regel trifft man dort Leute an, die an Rheuma erkrankt sind. Sie mögen trotz guter Naturmittel erst wieder gesunden, wenn sie in ein trockenes Backstein- oder Holzhaus umziehen. Auch die heutigen Eisenbetonbauten sind gute Brutstätten für Rheuma und viele andere Krankheiten. Diese Bauart mag für Fabriken, in denen man arbeitet und sich bewegt, recht sein, denn durch die Arbeit ist man nicht beständig den gleichen elektromagnetischen Einflüssen ausgesetzt. Wohn- und vor allem Schlafräume benötigen gesünderes Baumaterial, wenn man nicht Krankheiten wie Rheuma und noch viel schlimmeren zum Opfer fallen will. Nebst der feuchten Kälte kann auch die Zugluft Rheuma auslösen. Bei Automobilisten kann man oftmals Rheuma gerade auf jener Körperseite, die von der Zugluft des offenen Fensters berührt wird, feststellen.

Gegenmassnahmen

Wenn man zuviel säureüberschüssige

Nahrung einnimmt, dann ist auch die Ernährung an der Rheumaerkrankung mitbeteiligt. Die alte Theorie vom Wert der basenüberschüssigen Nahrung ist trotz vielen gegnerischen Argumenten verschiedener Wissenschaftler immer noch von Bedeutung. Schon vor 40 Jahren wurde sie von Dr. Ragnar Berg aufgestellt und nachträglich auch von Dr. Bircher-Benner vertreten. Die Praxis zeigt, dass Menschen, die zuviel Eiweiss und Fettnahrung, also Fleisch, Eier und Käse einnehmen, eher an Rheuma erkranken als solche, die einen grossen Teil ihrer Nahrung aus Gemüsen und Früchten ziehen. Es ist eine Tatsache, dass jede naturgemässe Behandlung rascher Erfolg zeitigt, wenn eine basenreiche Diät mit viel Rohkost nebst Frucht- und Gemüsesäften eingeschaltet wird. Da die Kälte als Grundursache bei Rheuma eine Rolle spielt, ist es naheliegend, dass Wärme, und zwar vor allem feuchte Wärme, einen grossen Heileffekt auslösen kann. In erster Linie dienen heisse Wasser, die aus dem Boden kommen, ferner Dauerduschen nebst Überwärmungsbädern, bekannt auch als Schlenzbäder. Diese Anwendungen sind ausgezeichnet, wenn sie unter erfahrener Leitung durchgeführt werden. Da Schwitzpackungen ebenfalls auf die Ausscheidung von Stoffwechselschlacken hinarbeiten, wirken sie bei richtiger Anwendung sehr gut.

Auch mit Reiztherapien kann man örtlich einen ganz guten Erfolg erzielen. Zu dieser Heilmethode gehören Senf- und vor allem Meerrettichwickel, aber auch die bekannten Baunscheidtableitungen. Um Rheuma zu lindern und in leichten Fällen zum Verschwinden zu bringen, ist die Anwendung eines Öles, das man aus dem sogenannten Giftsimach oder Rhus toxicodendron gewinnt, vermengt mit einem Öl aus Kampfer und Eucalyptusblättern sehr empfehlenswert. Es ist unter dem Namen Toxeucal-Öl erhältlich. Die Schmerzempfindlichkeit verliert sich immer mehr, wenn man die schmerzenden Stellen mit ganz wenig des erwähnten Öles kreisend einmassiert, und zwar bis die Stelle sehr warm wird. Nach einigen Wochen mag infolge dieser Behandlung der Schmerz ganz verschwunden sein. Bei Anwendung eines guten Einreibeöles, wie des soeben empfohlenen Öles, werden viele abgelagerte Gifte gelöst, wodurch die Notwendigkeit entsteht, durch ein gutes Mittel die Nierentätigkeit anzuregen. Diesbezüglich hat sich Nephrosolid sehr bewährt. Auf jeden Fall ist bei Rheuma die Anregung der Nierentätigkeit von grosser Bedeutung und sollte nicht unterlassen werden.

Wenn man Naturmittel mit Ausdauer richtig anwendet, dann ist man, was den Erfolg anbetrifft, selten enttäuscht. Da die Rheumaerkrankung oft eine Entstehungsgeschichte aufweist, die von jahrelanger Dauer ist, kann man sie nicht in einigen Tagen beseitigen, sondern muss genügend Geduld und Ausdauer aufbringen, um ihrer Herr zu werden. Man sollte gegen die Krankheit sowohl äussere als auch innere Anwendungen durchführen, also beispielsweise eine basenüberschüssige Diät mit den erwähnten therapeutischen Methoden verbinden, was einen schnelleren und sichereren Erfolg ermöglichen wird.

Magen- und Zwölffingerdarmgeschwür

Je nervöser unsere Zeit wird, um so mehr Geschwüre im Magen oder am Zwölffingerdarm lassen sich feststellen. Wenn man diese jedoch naturgemäss richtig behandelt, kann man sie verhältnismässig leicht heilen. Dabei sollte der Patient allerdings danach trachten, stets das seelische Gleichgewicht zu pflegen. Es ist daher notwendig, Aufregungen und Ärger nach Möglichkeit zu umgehen oder zu überwinden. Früher riet man in solchen Fällen weit rascher zur Operation, während man sich heute viel mehr auf eine konservative Behandlung einstellt. Die Notwendigkeit für Operationen von Geschwüren erwähnter Art ist sehr selten