

# Hirse und Naturreis als Mineralstofflieferanten

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

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **42 (1985)**

Heft 2

PDF erstellt am: **09.08.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-969849>

## **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.

es noch um verhältnismässig junge Leute geht. Auch die Vitalität im Berufsleben ist in vielen Fällen einer Lustlosigkeit gewichen. Was kann gegen diese Nebenwirkungen, die vielleicht ebenso schwer erträglich sind wie der vorhergehende Zustand der Depression, getan werden? Was sollen die vielen Frauen, die frigide werden, die eine völlige Abneigung gegen das Geschlechtsleben in Kauf nehmen müssen, in solcher Situation unternehmen? Auch da können Probleme im Eheleben entstehen, die nicht so leicht zu überbrücken sind, wenn anstelle eines beglückenden Verhältnisses eine

völlige Abneigung gegen alles Sexuelle in Erscheinung tritt. Und das ist in vielen Fällen, bei längerem Einnehmen von Psychopharmaka, zu beobachten.

Sowohl Patienten wie Ärzte sollten sich zweimal überlegen, ob sie zu solchen Mitteln Zuflucht nehmen wollen. Es ist in der Regel viel schwieriger, diese erwähnten Folgeerscheinungen wieder zu beseitigen, als den früheren Zustand der Depressionen mit Naturmitteln und physikalischen Anwendungen anzugehen, zu erleichtern und mit der Zeit erträglich zu gestalten, ja sogar zu beseitigen.

### **Hirse und Naturreis als Mineralstofflieferanten**

Infolge ihres reichen Kieselsäuregehaltes wirken Hirse und Naturreis positiv auf die Elastizität der Kapillaren. Sie vermögen diese zu erhalten, und auf die gesamten arteriellen Gefässe haben sie einen hervorragenden Einfluss. Wenn man sich vorstellt, dass der Körper, wie die Forschung behauptet, sieben Milliarden Kapillaren enthält, dann begreift man die grosse Bedeutung der mineralstoffreichen Nahrung, wie sie in Vollgetreide, vor allem in Naturreis und Hirse, zu finden ist. Dies ist für die Erhaltung der Elastizität und der Funktionstüchtigkeit der Kapillaren, dieser kleinsten Blutgefässe, von eminenter Wichtigkeit.

#### **Kapillarenveränderungen bei Krankheit**

Auch Dr. Bircher hat in all seinen Forschungen und Beobachtungen festgestellt, dass bei fast allen Krankheiten zunächst Elastizitätsverluste bei den Kapillaren auftreten und dass gerade der reiche Kiesel-

säuregehalt und Gehalt an Spurenelementen bei Naturreis und Hirse mithilft, dies zu verhindern. Diese beiden Getreidearten enthalten alle heute bekannten, lebenswichtigen Spurenelemente wie Kalium, Natrium, Phosphor für die Knochen, die Nerven und das Blut, Magnesium für die feuerlose Verbrennung der Nahrung, zusammen mit Eisen, Kupfer und Mangan, Zink für den Zellaufbau, Jod für die endokrinen Drüsen, Chrom, Molybdän und Selen, welches dem Alterungsprozess entgegenwirkt.

#### **Regelmässig Hirse und Naturreis essen**

Die Erhaltung der Gesundheit sowie die Heilungsprozesse einer Krankheit hängen stark mit der guten Funktion und der Elastizität der Kapillaren zusammen. Deshalb sollten Hirse- und Naturreisprodukte neben anderer Vollwertnahrung regelmässig auf unserem Menüplan erscheinen.

### **Erfahrungen aus dem Leserkreis**

#### **Papayakerne als Heilmittel**

Dieser Tage kamen Missionare aus Brasilien zu Besuch. Sie haben mir wieder bestätigt,

wie praktisch und zweckdienlich die von mir gegebenen Ratschläge in Bezug auf Papaya sind. Da sie unter Salmonellen und