Die Idee eines guten Brotes

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

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **46 (1989)**

Heft 11

PDF erstellt am: **13.09.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-969759

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

Die Idee eines guten Brotes

Vor über vierzig Jahren hatte mich Dr. Ragnar Berg in meinem Bestreben, ein gutes Vollkornbrot in den Handel zu bringen, stark unterstützt. Er führte mit anderen Fachleuten, Ärzten und Zahnärzten – die sich für das Heer der Kinder mit schlechten Zähnen einsetzten – enorm viele Versuche durch.
Neben der Empfehlung von Molke und Buttermilch wurde das Vollkorn des Roggens, das im Gegensatz zum Weizen Fluorverbindungen enthält, für den gesunden Aufbau von Zähnen und Knochen dringend angeraten. Wir wussten aus den Erfahrungen im Kanton Wallis, wo es seit Urzeiten üblich war, dass sich Kinder und Erwachsene mit dem Walliser-Roggenbrot die dringend notwendigen Mineralien verschafften; vor allem genügend Fluor-Calcium in einer pflanzlich gebundenen Form.
Das war auch der Grund, warum die Walliser durchs Band weg gute Zähne besassen, und zwar nicht nur die Kinder, sondern auch die Erwachsenen – oft bis ins hohe Alter. Zur Erhaltung ihrer Gesundheit durften sie also gute Zähne ihr Eigen nennen!

Vollkornbrot

Damals war ich damit beschäftigt, ein gutes Vollkornbrot zu entwickeln, das neben dem Weizen auch einen erheblichen Prozentsatz an Vollroggen enthielt, und zwar gerade deshalb, weil wir den Fluorgehalt im Auge hatten, um sowohl Kindern wie Erwachsenen die Voraussetzung zu bieten, gesunde Zähne und ein gutes Knochensystem zu erhalten. Damals wie heute können wir vor allem den schwangeren Frauen den dringenden Rat erteilen, unbedingt Vollkornbrot zu essen, mit einem genügend grossen Anteil an Roggen als Rohstoff, und zwar speziell wegen dem Fluorgehalt. Dieser unterstützt ihre Knochen und Zähne, um den Anforderungen der Schwangerschaft standzuhalten, er ist aber auch verantwortlich für den guten Aufbau beim ungeborenen Baby.

Zustand der Zähne bei Kindern

Ärzte und vor allem Zahnärzte mussten in den letzten Jahren einsehen, dass der Zustand der Zähne bei den Kindern immer schlechter wurde. Zahnärzte wussten, dass viele Kinder schon im schulpflichtigen Alter den Zahnarzt aufsuchen mussten, um Zähne plombieren zu lassen. Man erkannte den Fluormangel in unserer Nahrung. Statt Roggenbrot und fluorhaltige Nahrung zu beschaffen, versah man das Wasser einfach mit einem Fluorzusatz und liess dabei ganz ausser acht, dass nur vegetabilisch gebundenes, also pflanzlich gebundenes Fluor dem Körper das geben kann, was er zum Aufbau gesunder Zähne und eines stabilen Knochengerüstes benötigt.
Chemisch beigesetztes Fluor, wie dies heute leider sogar noch in Basel von Behördenseite angeordnet wird, ist ein unglücklicher Notbehelf und sogar eine gesundheitliche Gefahr. Denn das chemisch zugesetzte Fluor kann die natürliche Fluorverbindung, wie sie im Roggenbrot zur Verfügung steht, niemals ersetzen. Im Gegenteil, es wirkt mit der Zeit toxisch, wie fast alle chemischen Mineralbestandteile. Die Schädigungen werden erst mit der Zeit zum Vorschein kommen.

Durch Schaden wird man klug!

Hoffentlich erkennen die behördlichen Instanzen bald, dass sie da einen Fehler gemacht haben. Es ist nach dem Grundsatz zu erwarten: «Durch Schaden wird man klug!» – dass man wieder zur Natur zurückkehrt und umstellt auf natürliche, fluorhaltige Nahrung, wie wir sie vor allem im Roggenbrot zur Verfügung haben.
Im Vogel-Brot, das ich aufgrund der Erfahrungen und der Erkenntnisse mit Vollkornprodukten gemacht habe, ist ein genügend grosser Anteil von Roggen, um dem Körper den nötigen Fluorgehalt für Zähne und Knochen zu vermitteln. Der Zusatz von Vollweizenmehl ist vor allem aus geschmacklichen und backtechnischen Gründen erforderlich geworden, um ein

Brot zu erhalten, das gehaltlich und geschmacklich alle Voraussetzungen erfüllt, die wir von einem guten, naturbelassenen Nahrungsmittel erwarten dürfen!

Chiropraktik – heute und vor fünfzig Jahren

«Der Chiropraktiker ist so notwendig wie der Zahnarzt. Er füllt eine Lücke aus, die unsere Schulmedizin bei ihrer Einstellung in absehbarer Zeit nicht auszufüllen imstande sein wird. Für die Schulmedizin kann es nichts Besseres und Heilsameres geben, als eine ernstzunehmende Konkurrenz.»

Dieses Zitat entnehmen wir dem Tages-Anzeiger der Stadt Zürich als Kommentar zur kantonalen Volksabstimmung vom 22. Januar 1939, in der sich der Souverän des Kantons Zürich mit überwältigendem Mehr für die Zulassung einer von der Medizin unabhängigen Chiropraktik aussprach.

Mitbestimmend für diesen Volksentscheid mag auch der Unwille und der Widerstand des Bürgers gegen eine Medizin gewesen sein, die sich über die sensible Zuneigung des Volkes für naturnahes Heilen oft hinwegsetzte. Der Souverän wollte sich in Gesundheitsfragen nicht bevormunden lassen.

Die offizielle Medizin tat sich schwer mit diesem Volksentscheid. Doch, früher als erwartet, kam von ihrer Seite das schönste Kompliment an die Adresse der Chiropraktoren, man begann zu kopieren. Erst tat man dies hinter geschlossenen Türen, dann praxismässig, um späte Einsichten zu verbergen, unter Namensänderung und Vorgabe anderer Quellen wie jener des Ermatinger Arztes, Dr. Otto Nägeli, den man aus der Vergessenheit wieder aufleben liess. Dr. Otto Nägeli bediente sich bei der Behandlung von Nervenleiden auch gewisser Handgriffe und hatte derart gute Erfolge, dass er seine Kollegen schon 1906 mit den Worten beschwor: «Schafft in der Medizin die Wandlung von Therapeutik in Behandlung».

Die aus dem Griechischen entlehnten Wörter «cheir» – die Hand – und «prattein» – handeln oder tun – bezeichnen treffend die Tätigkeit des Chiropraktors, nämlich mit der Hand zu praktizieren. Der Umstand, dass Nägeli mit seinen Hand-Griffen vorwiegend an Weichteilen, die Chiropraktoren eher an Skeletteilen ansetzten, tut nichts zur Sache. Der geforderte Gebrauch der menschlichen Hand, um Störungen am menschlichen Organismus wieder in Ordnung zu bringen, war der grosse Fortschritt.

Dass dieses verantwortungsvolle Praktizieren von Hand nicht im Handumdrehen geht, unterstreichen die beruflichen Ausbildungsanforderungen an den heutigen Chiropraktor, der erst nach einer sieben- bis achtjährigen Ausbildungszeit mit Prüfungsnachweis seinen Beruf unabhängig und in eigener Verantwortung ausüben darf. Für diese wirkungsvolle und natürliche Behandlungsmethode und für die Annahme der Chiropraktoreninitiative von 1939, haben sich schon Ärzte wie Dr. Bircher-Benner und der initiative Streiter für naturnahes Heilen, Redaktor dieser Zeitschrift, Dr. h.c. A. Vogel, nachhaltig und selbstlos eingesetzt.

Es lohnte sich! Jahrzehnte später erschien am Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich die Dissertation von Urs Walter unter dem Titel: «Die Chiropraktik aus der Sicht des Patienten» (1977). Walter befragte in der Nordostschweiz ein grösseres Patientenkollektiv nach ihren Erfahrungen mit der Chiropraktik. 75 Prozent aller befragten Patienten wurden vorgängig der chiropraktischen Behandlung erfolglos medizinisch oder physiotherapeutisch behandelt. 9 Prozent dieser Patienten hatten Operationsvorschläge, 1 Prozent wurden schon operiert und 56 Prozent waren täglich ein- bis mehrmals auf den Konsum von Medikamenten angewiesen.

Nach erfolgter chiropraktischer Behandlung waren 87 Prozent dieser Befragten