Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 48 (1991)

Heft: 2

Rubrik: Unser Selbsthilfeforum : Leser helfen Lesern

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: 11.07.2025

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

faktoren wie Sonnenlicht, Wind, Wolken, das Dunkel der Nacht, die Berührungsreize von Fliegen und Bienen, Verletzungen durch Chemikalien, Verbrennungen und sogar die blosse Nähe einer Stange oder sonst einer Stützmöglichkeit, an der eine Ranke Halt finden kann, auf Pflanzen haben. Mit ausgeklügelten Methoden, angewandt zum Beispiel an einer gewöhnlichen Bohnenpflanze, konnte diese einem Instrumenten-Gehirn signalisieren, wieviel Licht sie brauche. Weiter konnte die Pflanze Signale senden, um die optimale Länge ihrer Tages- und Nachtzeit festzulegen. Über das Instrument konnte sie sogar mitteilen, wann sie Wasser haben wollte. Ein anderer russischer Wissenschaftler, auf dem gleichen Gebiet tätig, entwickelte Methoden, die das schon von andern Forschern nachgewiesene «Kurzzeitgedächtnis» der Pflanzen bestätigten. Er arbeitete mit Bohnen, Kartoffeln, Weizen und Hahnenfuss und stellte fest, dass diese nach einer Zeit der Gewöhnung in der Lage waren, sich an die Frequenz von Lichtblitzen aus einer Xenon-Wasserstoff-Lampe zu erinnern. Die Pflanzen wiederholten die Impulse mit aussergewöhnlicher Genauigkeit, und, nachdem der Hahnenfuss eine gegebene Frequenz sogar noch nach achtzehn Stunden wiederholen konnte, war es möglich, von einem «Langzeitgedächtnis» bei Pflanzen zu sprechen.

Vieles bleibt noch verborgen

Die Forscher entdeckten in der Folge nicht nur, dass die Pflanze Freund und Feind erkennen kann, sondern auch, dass eine Pflanze, die Wasser erhält, irgendwie imstande ist, dieses mit einer durstigen Nachbarpflanze zu teilen. So wurde in einem Forschungsinstitut einem Getreidehalm, der in einen Glasbehälter gepflanzt worden war, mehrere Wochen lang kein Wasser gegeben. Dennoch ging er nicht ein. Er blieb so frisch wie die anderen Getreidehalme, die unter normalen Bedingungen in seiner Nähe wuchsen. Irgendwie muss Wasser von den gesunden Pflanzen zu dem «Gefangenen» im Glasgefäss übertragen worden sein. Wie das allerdings geschehen konnte, darüber kann die Wissenschaft nur spekulieren, wie bei so vielen natürlichen Wundern, die tagtäglich geschehen. Vieles von der «Innenwelt» der Pflanzen bleibt uns wohl für immer verborgen – zum Glück, möchte man meinen, würde der Mensch ansonsten doch zu schnell (noch mehr) die Achtung verlieren.

In jüngster Zeit hat man auch in der Erforschung von Wirkung und Wirksamkeit von Heilpflanzen mit neuen, feinstofflichen Methoden erstaunliche Resultate erzielt, die für die Herstellung wie für die Therapie mit Heilpflanzenpräparaten in Zukunft noch an Bedeutung gewinnen werden. (BN)

Unser Selbsthilfeforum: Leser helfen Lesern

Auf den ersten Hilferuf von Frau E. Sch. aus P. ging in unserer Redaktion eine ganze Anzahl von Zuschriften ein, die wir direkt an Frau Sch. weitergeleitet haben. In ihrem Dankesschreiben spürt man, dass es sich lohnt, menschliche Kontakte herzustellen, die auch bei schweren Erkrankungen einen Lichtblick der Hoffnung für den Patienten bedeuten. Wie versprochen, fassen wir im folgenden einige der Ratschläge zusammen.

Frau Sch. schreibt uns dazu: «Es ist erstaunlich, was für eine Fülle von Anregungen eingetroffen ist. Mein Mann und ich gehen mit neuem Mut hinter unsere grosse Aufgabe – jetzt mit viel mehr ‹Rüstzeug› versehen!

Selbstverständlich werde ich mich an der Leseraktion: ‹Leser helfen Lesern› beteiligen, sofern ich etwas beizusteuern habe. Ihre Produkte begleiten uns schon sehr lange und dies mit bestem Erfolg – und davon berichtet man gerne.»

Die an Frau Sch. erteilten Ratschläge gründen zum Teil auf persönlichen Beschreibungen über den Verlauf dieser Erkrankung. Eine Leserin berichtet uns, dass sich bei ihr über Jahre hinweg «ein Prozess des Probierens» hinzog, an dessen Ende sie Goldcreme zum Auftragen bekam. In der Folge teilte sie uns mit: «Ich lebe gesund, esse viel Gemüse, Obst und Salat; kein Schweinefleisch, keine Wurstwaren und salbe 2–3mal täglich mit Dr. Vogels Wallwurz-Creme. Mit dieser Creme komme ich gut aus.»

Über die offenkundig gute Wirkung der Creme berichtet uns auch Frau Sch., obwohl seit ihrer Anfrage nur kurze Zeit verstrichen ist:

«Sie haben uns unter anderem die Wallwurz-Creme zukommen lassen. Mein Mann benutzt sie gewissenhaft. Seine zum Teil schon stark verhärtete Gesichtshaut (rote Mostbäckli) scheint erstaunlich gut darauf zu reagieren. Auffallend ist, dass die Röte sich fast zurückgebildet hat.

Ich werde Sie weiter auf dem laufenden halten, denn die Diät und verschiedene Anwendungen kommen natürlich dazu.»

Der Versuch, mit homöopathischen Mitteln den Krankheitsverlauf günstig zu beeinflussen, ist auf jeden Fall der Mühe wert. In Frage kommen verschiedene homöopathische Mittel die bei Sklerodermie eingenommen werden können, wie Sulfur D6, Silicea D6 und Arsenicum album D4.

Wir erhielten auch Zuschriften von Therapeuten. Auf Einzelheiten der Therapie einzugehen, würde eher Verunsicherung stiften. Denn eine erfolgreiche Behandlung muss der individuellen Erfahrung des Arztes oder Heilpraktikers vorbehalten bleiben.

Bei Sklerodermie oder Darrsucht, wie sie auch genannt wird, handelt es sich um eine krankhafte Quellung des Bindegewebes, die mit Verhärtung und Verdünnung der Haut endet. Da diese Erkrankung als unheilbar eingestuft wird, darf nicht nur eine einzige Therapie als wegweisend und allgemeingültig zum Tragen kommen. Aus diesem Grunde ergeben sich verschiedene therapeutische Möglichkeiten, die der Arzt oder Heilpraktiker aus seinem Erfahrungsschatz anwendet.

Der Einfluss der Ernährung

Alle von der Sklerodermie Betroffenen sind sich darüber einig, dass man der Ernährung einen hohen Stellenwert einräumen muss. Das Wesentliche einer solchen Ernährung hebt Dr. med. Joseph Evers in seinem Buch «Warum Evers-Diät» hervor, wenn er schreibt:

«Je natürlicher das Nahrungsmittel ist, um so besser ist es.

Die Natur ist ungeheuer grosszügig, sie ist aber unerbittlich streng und rächt sich immer, wenn ein Nahrungsmittel denaturiert wird.»

In einem anderen Buch von Dr. med. Catherin Kosmine «Gesundheit auf dem Teller», das einer unserer Leser empfiehlt, wird ein konkreter Fall von Sklerodermie im Hinblick auf die Ernährung vorgestellt. Auch hierbei wird der reinen, unverfälschten Naturnahrung der Vorzug gegeben.

Selbsthilfegruppen

Eine wesentliche Hilfe bei allen chronisch verlaufenden oder sogenannten «unheilbaren» Krankheiten bieten verschiedene Selbsthilfegruppen an. Dort wird ein reger Erfahrungsaustausch gepflegt, und die Betroffenen werden so in ihrem Selbstvertrauen bestärkt. Aus einem solchen Kreis erhielten wir zum Beispiel einen Hinweis, der uns auf eine Selbsthilfegruppe in Zürich aufmerksam machte.

Wie Sie sehen, liebe Leser, besteht eine grosse Hilfsbereitschaft. Falls Sie persönlich ungelöste gesundheitliche Probleme

haben, dann fassen Sie Mut, uns zu schreiben. Von unserer Leserschaft wird sicherlich auch für Sie ein guter Tip kommen, der Ihnen weiterhelfen wird.

Wie Sie wissen, nennen wir in dieser Zusammenfassung keine Namen, denn Diskretion ist und bleibt für uns oberstes Gebot.

Das Selbsthilfeforum steht nicht nur den Abonnenten der «Gesundheits-Nachrichten» offen, sondern allen, die Hilfe suchen oder einen Ratschlag erteilen können. Mit Ihrer Unterstützung wollen wir den Erfahrungsaustausch fortsetzen und hoffen auf ein gutes Gelingen. Für Ihren Gesundheitstip und die damit verbundene Mühe werden wir uns mit einem kleinen Präsent bedanken.

Aus unserem Leserkreis

Kombucha-Tee – Wie man's macht

In der Ausgabe der «Gesundheits-Nachrichten» vom November 1990 haben wir über den Kombucha-Tee einen Artikel mit der Überschrift «Wie gesund ist Kombucha-Tee?» verfasst.

Die Zubereitung des Tees ist einfach, jedoch bedarf es einiger Sorgfalt und auch Erfahrung. Unsere Leserin Frau M. M. aus Z. beschreibt uns, wie sie den Kombucha-Tee herstellt:

«Seit zirka fünf Jahren trinke ich den Kombucha-Tee, auch ‹Kwass› genannt, und habe seitdem eine viel bessere Haut. Wie mir bekannt ist, fördert der Kwass die Ausscheidung, reinigt also, und das ist für die Gesundheit ja generell sehr wichtig.

Die Herstellung ist einfach, und weissen Zucker muss man nicht verwenden. Es geht sehr gut mit Vollrohrzucker Mascobado (unraffiniert) sowie mit Schwarztee (aber getrocknet, keine Beutel) oder noch besser sei grüner Tee, wie ich las.

Ein Drei-Liter-Glas gibt es in Haushaltsgeschäften. Ich fülle zuerst vom letzten Kwass die separat weggestellten 5 dl ein. Zum Kochen bringe ich 2 Liter Wasser, dem ich kurz vor dem Sieden 2 Kaffeelöffel voll Schwarztee beifüge, kurz aufwallen und 2–3 Minuten ziehen lassen. Dann siebe ich den Tee in einen grossen Topf und rühre mit dem Löffel einige Male um, bis er auf zirka 37 Grad abgekühlt ist, also ‹handwarm›. Erst dann schütte ich die 200 g braunen Mascobado-Zucker hinein und rühre kräftig um, damit er sich auflöst. Anschliessend schütte ich den Tee in das bereitgestellte Drei-Liter-Glas. Obenauf lege ich den Pilz und binde das Glas mit einem Mulltüchlein zu. Dann stelle ich das Glas in einen warmen Raum, nicht über 23 Grad Celsius und am 7. Tag fülle ich ihn trinkfertig in Flaschen ab und stelle sie in den Kühlschrank. Zusätzlich einen halben Liter in eine kleine Flasche für die nächste Zubereitung, wie bereits erwähnt. Der Pilz wird bis zum nächsten Einsatz in der Mutterlauge aufbewahrt. Der obere Teil des Pilzes ist immer der neue Teil. Den unteren nehme ich alle 2–3 Wochen weg, oder auch vorher, wenn der obere, neue Teil dick genug ist.

Das sind meine Erfahrungen. Ich stelle auch für meine Tochter Kwass her, dies vor allem, um die Ausscheidung zu fördern. Die östlichen Völker halten ja viel von Körper-Säften, von dort kommt auch das alte Rezept der Pilztee-Herstellung.»

Der Kombucha-Tee ist nicht nur ein erfrischendes und gesundes Getränk. In der östlichen Volksmedizin hat der Tee einen festen Platz erobert. In ganz Ostasien und Russland wird er gerne zur Labung des Körpers und als Heilmittel getrunken. Wer um seine Gesundheit besorgt ist, dem wird dieses Getränk wärmstens empfohlen. Bereits führen verschiedene Reformhäuser und Drogerien den Kombucha-Pilz.