

Objekttyp: **TableOfContent**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **50 (1993)**

Heft 6: **Krebs und die Immunkräfte**

PDF erstellt am: **05.07.2024**

### **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.

# INHALT

**DER NATUR AUF DER SPUR** ....4

**THEMA DES MONATS**

Krebs – die Immunkräfte  
als Helfer .....6

**500 JAHRE PARACELSUS**

Der Revolutionär in der  
Naturheilkunde .....11

**UNSER JUBILÄUMSJAHR**

Gesundheits-Nachrichten  
im 50. Jahrgang .....14

**GESUND DURCH DEN JUNI** ..18

**BILD DES MONATS** .....19

**ERNÄHRUNG**

Avocado – die Butter  
aus dem Wald .....20

**PFLANZENWELT**

Das Leben der Mager-  
wiese .....22

**NATURHEILKUNDE**

Wenn das Herz sich un-  
angenehm zu melden  
beginnt .....25

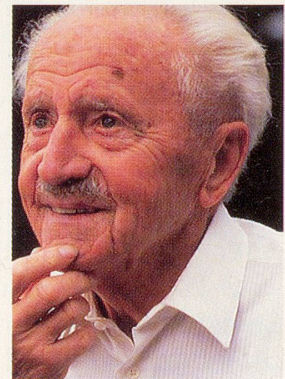
**LESERFORUM**

Selbsthilfeforum und  
Erfahrungsberichte .....27

**BLICK IN DIE WELT** .....30

## Liebe Leserinnen, liebe Leser

«Wenn die Sonne aus dem blauen Himmelsgewölbe Wärmestrahlen auf die Erde niedersendet, und du Gelegenheit hast, in die Natur, vielleicht nur in den Garten zu gehen, dann ziehe einmal deine Schuhe aus und laufe durch das saftige Grün einer Rasenfläche oder über den grummeligen Humus deines Ackerbodens, und nach kurzer Zeit wirst du wahrnehmen, dass ein angenehmes, kräftiges, frisches Empfinden durch deinen Körper strömt. Wer Feld- und Gartenarbeit zu verrichten hat, benütze die Gelegenheit, seinem Körper die Wohltat des Barfußgehens zugute kommen zu lassen. Nicht umsonst wurde unsere Fußsohle mit einem so reichen, feinen, organischen Nervengeflecht versehen, denn wenn der Fuss sich der Mutter Erde treu zur Verfügung stellt, erhält der Körper Kräfte zugeteilt, und zudem zieht die Erde noch schlechte Stoffe aus uns heraus, die den Leib, und durch ihn den Geist stetsfort belastet haben.



Durch diese Entlastung werden die Drüsen geschont, und wer beispielsweise unter öfters anschwellenden Mandeln zu leiden hat, versuche neben basenüberschüssiger Diät die Wunderwirkung des Barfußgehens. Durch eine gehobene Blutzirkulation kann das Barfußgehen allen Nieren- und Unterleibskranken sowie allen unter kalten Füßen Leidenden bald zum wohltuenden Bedürfnis werden. Wenn anfangs die Fußsohlen etwas empfindlich auf jedes Steinchen reagieren, dann nehme man allabendlich ein Fussbad mit Ringelblumenabsud oder Eichenrindenextrakt.

Wie bei allen solchen Anwendungen heisst es auch hier, den Geist des gesunden Sinnes walten zu lassen. Man kann natürlich nicht gleich das erste Mal einen zweistündigen Marsch zurücklegen, und Kälte ist höchstens für schnelle Anwendung zum Hervorrufen einer Reaktion empfehlenswert. Aber bei Sonnenschein und nach einem warmen Sommerregen ist das Barfußgehen eine wahre Wohltat für den ganzen Körper.»

*A. Vogel*

Dr. h.c. A. Vogel  
(aus: «Das Neue Leben», Juni 1929)