Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 40 (1983)
Heft: 8

Artikel: Kropf
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-970251

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: 10.07.2025

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

dings hat es dann an Wert und Vitalstoffen verloren, und es wäre demnach unklug, wenn man Vollkornmehl oder auch Weissmehl, überhaupt Mehlprodukte, einlagert. Man sollte nur unbehandeltes Getreide aufbewahren. Sobald ein Getreide von der Zelluloseschicht befreit ist und Sauerstoff und Feuchtigkeit dazukommt, erfolgt ein Abbau der Vitalstoffe, vor allem der Teile, die vom Keimling herrühren.

Einseitige Ernährung

Dann steht auf Seite 37: Nur von Fleisch oder Milch oder Obst kann der Mensch nicht sehr lange leben. Dass der Mensch nicht vom Fleisch allein leben kann, das zeigt eine Erfahrung, die ich im Fernen Osten gemacht habe. In gewissen Gegenden in der Hochebene von Tibet wird ein Mensch, wenn er zum Tode verurteilt wird, weder erschossen, noch erhängt, noch enthauptet, sondern man gestattet ihm, nichts mehr zu essen als nur Fleisch. Das Interessante ist: Nach etwa drei, vier, höchstens fünf Monaten geht der gesündeste Mensch daran zugrunde, man könnte sagen, an einer Übersäuerung. Es entsteht eine Acidose, er hat keine basischen Stoffe mehr, es fehlen ihm Vitalstoffe, es fehlen ihm verschiedene lebenswichtige Elemente, und daran stirbt er dann auch. Also mit Fleisch alleine kann kein Mensch auf die Dauer existieren.

Bei Milch ist es schon ein wenig anders. Bei Milch lebt der Mensch viel länger, besonders, wenn es sich um rohe Milch handelt, so wie wir sie vor dem Ersten Weltkrieg zur Verfügung hatten. Mit Milch, Butter, Brot und Obst haben wir als Buben lange Zeit gelebt.

Evolutionstheorie und biblische Chronologie

Genau wie auf Seite 60 die Behauptung steht: Seit Beginn der menschlichen Entwicklung wurden über Millionen von Jahren die Säuglinge gestillt. Es ist ja wirklich gut, dass der Mensch noch nicht Millionen von Jahren existiert, sonst wäre die Erde schon lange so übervölkert, dass wir keinen Platz mehr hätten. Die unglückliche Evolutionstheorie, die leider in der Wissenschaft und heute auch in den Schulen Platz ergriffen hat, wobei man die biblische Chronologie mit all den exakten Aufzeichnungen ganz beiseite schob, ist stark in den Vordergrund getreten. Nach biblischer Chronologie ist der Mensch von Adam bis jetzt erst etwas über 6000 Jahre vorhanden.

Von Millionen von Jahren kann überhaupt keine Rede sein, kein Mensch hat davon eine Ahnung. Wir kurzlebigen Leute, was wollen wir uns mit unvorstellbaren Begriffen von Millionen von Jahren herumschlagen, wo wir alle Mühe haben, uns 80, 90 oder 100 Jahre durchzukämpfen.

Im übrigen kann ich Herrn Dr. med. M. O. Bruker und Frau Gutjahr nur gratulieren zu diesem ausgezeichneten Werk. Vielleicht werden ein paar solcher Ungenauigkeiten in einer weiteren Auflage richtiggestellt.

Kropf

Immer wieder kommen Anfragen wegen einer Kropferkrankung. Soll man operieren oder nicht?

Auf jeden Fall, bevor man eine Operation in Betracht zieht, und das kann man am besten mit seinem Arzt bzw. Chirurgen besprechen, sollte man mit organisch gebundenem Jod, wie es in den Meerpflanzen vorkommt, einen Versuch machen, den Kropf zurückzubilden oder zu beseitigen. In der Regel gelingt es. Man muss natürlich in erster Linie durch den Arzt feststellen lassen, ob eine Unterfunktion der Schilddrüse oder eine Überfunktion vorliegt. Bei einer Überfunktion sind eben die Jodmittel mit gewissen Störungen bzw. störenden Nebenerscheinungen verbunden, zum Beispiel mit vermehrtem Herzklopfen, Zittern der Hände oder Hitzewallungen. Bei der Unterfunktion der Schilddrüse ist dies

nicht der Fall, da kann man grosse Joddosen verabreichen, ohne dass man unliebsame Störungen verspürt.

Meeralgen – das natürliche Mittel

Mit Kelpasan können die Kröpfe am allerbesten beseitigt werden, und zwar nimmt man immer nur morgens ein bis drei Tabletten vor dem Frühstück. Wenn es dann nicht schnell genug geht, einen Kropf zu beseitigen oder zurückzubilden, dann kann man zusätzlich Wickel mit Eichenrindenabsud machen. In der Regel ist ein Kropf, wenn man ihn so behandelt, in vier oder fünf Monaten zurückgegangen. Es ist gut, wenn man nach einem Erfolg wenigstens eine Tablette Kelpasan morgens noch ein oder zwei Jahre einnimmt, so dass man nicht Gefahr läuft, rückfällig zu werden. Auch später sollte man immer wieder von Zeit zu Zeit auf diese Tablette zurückgreifen. Auf diese Art und Weise sind schon Steinkröpfe zum Verschwinden gebracht worden, die sonst sehr hartnäckig sind. Kröpfe bekommen ja in der Regel nur Binnenländer, das heisst Menschen, die in einem Land ohne Meerkontakt wohnen. Die Bewohner der Meeresküsten atmen regelmässig jodhaltige Luft ein. So sieht man praktisch am Meer selten Menschen mit Kröpfen. Fischer bekommen sie nie, während wir in unseren Alpenländern, wo die Nahrung arm an Jod ist, hierfür anfälliger sind. Aber wie gesagt, können diese Kröpfe mit der erwähnten Therapie ohne grosse Störungen zurückgebildet werden.

Alt werden und jung bleiben

Es ist ein schöner Traum, der sich nicht so leicht verwirklichen lässt, besonders nicht in der heutigen Zeit. Der Stress fordert von der Nervensubstanz viel mehr, als dies noch vor 50 oder 60 Jahren der Fall war. Wenn man im Alter seine Elastizität erhalten will, dann muss man besonders auf die Ernährung achten.

Eiweiss

Es ist im Alter notwendig, das Eiweissquantum zu reduzieren, obwohl der Organismus ein ganz gutes Eiweiss braucht, um den Zellstoffwechsel aktiv zu erhalten und das Schrumpfen der Zellen zu verhindern. Die Erfahrung hat gezeigt, dass man vom tierischen Eiweiss etwas Abstand nimmt und von einer einseitigen Ernährung mit Fleisch, Eiern, Käse und Fischen zu einer leichtverdaulichen, laktovegetarischen Kost übergeht, wobei das Eiweiss der Milch, sei es nun durch Yoghurt, Quark oder durch gute Frischmilch – wie man sie nicht mehr leicht bekommt – sowie das wertvolle Sojaeiweiss bevorzugt wird. Man sollte, wenn möglich, die Sojakeimlinge essen, weil sie besonders leicht assimilierbar sind. Auch das Lecithin, das in der Sojabohne vorhanden ist, hilft vor allem den Nervenzellen, länger elastisch und funktionstüchtig zu bleiben. Wichtig ist es im Zusammenhang mit der Ernährungsfrage, das Nahrungsquantum zu senken und dafür die Nahrungsqualität zu verbessern.

Kohlehydrate

Bei den Kohlehydraten ist es sehr wesentlich, Zucker und Zuckerstoffe wegzulassen. Dafür schaltet man Fruchtzucker ein in Form von Datteln, Feigen und anderen zuckerhaltigen Früchten und täglich drei gestrichene Kaffeelöffel Milchzucker, obwohl er nicht süsst, aber für die Darmflora wichtig ist. Sehr wichtig ist auch das Vollgetreide, damit die ganzen Vitamine und Mineralstoffe zur vollen Wirkung kommen. In dem frisch gemahlenen oder geschroteten Vollgetreide ist noch der ganze Enzymgehalt vorhanden, vor allem die Diastase.

Verjüngendes «Immergrün»

Unter den Pflanzenpräparaten, die verjüngend wirken, sind vor allem Bärlauch, Knoblauch und Meerrettich zu nennen. Das Extrakt des Immergrün, Vinca minor, vermag, wie amerikanische Forscher fest-