Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 40 (1983)
Heft: 7

Artikel: Immer wieder erkältet
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-970245

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: 09.07.2025

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

unseren Lesern eine gute Idee hat, wie man sich vor Mücken schützen könnte, soll er uns bitte berichten. Wir werden es dann ausprobieren und gegebenenfalls veröffentlichen. Es gibt auch elektrische Apparätchen, die den eigenartigen Summton der männlichen Mücken nachahmen und so die weiblichen Mücken, die stechen, fernhalten. Ich habe einen solchen Apparat in Südafrika ausprobiert, in einem sehr sumpfigen Gebiet. Ich liess nachts das Fenster offen, das Licht angezündet, und siehe da, es hat gewirkt. Das wäre ein Weg, der absolut harmlos und unschädlich ist, weil es die Mücken akustisch fernhält. Aber man muss eben daran denken, dieses Apparätchen auf die Reise mitzunehmen, um es stets zur Verfügung zu haben.

Also ich wäre dankbar, wenn jemand von unseren Lesern helfen würde, dieses Problem auf einfache Weise zu lösen. Ich freue mich darauf, Erfahrungen und Kenntnisse aus dem Leserkreis zu erfahren.

Immer wieder erkältet

Eine junge Frau, so um die dreissig Jahre alt, berichtete, dass sie früher nur selten unter Erkältungen gelitten hätte, aber seit einigen Jahren sei sie immer wieder erkältet, und von einer Erkältung rutsche sie in die andere. Sie nehme Echinaforce, das hätte ihr früher immer geholfen, sie nehme genügend Urticalcin und auch Galeopsis, um dem Körper genügend Kieselsäure zu geben, trinke auch den Santasapina-Sirup, um gegen den Husten anzukämpfen. Bei verschleimten Bronchien hätte ihr immer Imperatoria geholfen. Und jetzt, wenn sie diese Mittel nehme, wirken sie für kurze Zeit und dann kommen die unangenehmen Erkältungen wieder, zum Teil mit mittelhohem bis hohem Fieber. Was soll sie tun?

Einfache Lösung – grosse Wirkung

Die gleiche Person hat mir früher schon geklagt, sie hätte Beschwerden in den Waden, auch wenn sie keine grossen Märsche mache und sich nicht gross anstrenge, eigenartige ziehende Schmerzen, besonders im Bett wisse sie nicht, wo sie die Beine hinlegen müsse, und das mache sie sehr nervös. Tagsüber hätte sie sogar ziehende Schmerzen, die ihr das Gefühl geben, wie wenn es innen von den Knochen herrühre.
Damals hatte ich sie gefragt, ob sie das nur im Sommer oder auch im Winter hätte. Sie sagte, eigenartigerweise nur im Sommer, im Winter trage sie kräftige Schuhe und dicke wollene Strümpfe, aber jetzt kämen für sie nur noch Strümpfe aus Kunstfasern in Frage. Ich bat sie, nun einmal zu ihren alten Gewohnheiten, zur Wolle oder Seide zurückzukehren und sehen, ob diese unangenehmen Schmerzen immer noch vorkommen. Sie tat es, und siehe da, schon nach einigen Tagen blieben diese Schmerzen weg. Ich bat sie dann, wieder Strümpfe aus Kunstfasern zu tragen. Und siehe da, die Schmerzen kamen wieder. So haben wir des Rätsels Lösung gefunden. Die Frau reagierte empfindlich auf Kunststoffe, und dementsprechend habe ich ihr geraten, alles, was Kunststoffasern enthält, auch wenn sie nur zu 20 % dem Gewebe beigemengt sind, wegzulassen und wieder zu Wolle, Baumwolle und Seide zurückzukehren. Die Einnahme der Medikamente soll sie genau beibehalten wie früher. Es ist interessant, festzustellen, dass die Überempfindlichkeit gegen Infektionen, gegen Angina und gegen Bronchialkatarrh verschwand, und die Mittel, die sie von früher gewohnt war einzunehmen, haben ihr wieder prompt geholfen, nicht nur für den Moment, sondern für längere Zeit.
Solche und ähnliche Berichte höre ich hie und da in letzter Zeit. Es gibt Menschen, die behaupten, Kunststoffe lassen sich gut tragen, und verspüren nicht die geringste Reaktion. Es mag sein, dass ein Unterschied zwischem dem sogenannten elektrischen und magnetischen Typ besteht. Auf jeden Fall reagieren schätzungsweise zwei

Drittel aller Leute empfindlich auf irgendwelche Kunstfasergewebe.

Schlechte Eigenschaften der Kunstfasern

Es geht eben um Folgendes: Kunstfasern sind ein toter Stoff, der ausserdem nicht saugfähig ist. Darum ist Kunstfasergewebe sehr praktisch, man kann es schnell in Seifenwasser «schwadern», gut nachspülen, aufhängen und, wenn es trocken ist, kann man es wieder anziehen. Sehr einfach. Auch Fett und Schmutz wird nicht in die Faser hineingezogen, sondern bleibt praktisch aussen hängen und darum ist es so leicht zum Waschen. Dass es natürlich keine grosse Hitze erträgt, das wissen alle Waschfrauen. Im Gegensatz dazu «lebt» eine Naturfaser, sie saugt, sie nimmt Feuchtigkeit auf und gibt wieder Feuchtigkeit ab. Deshalb müssen Menschen, die auf Kunstfasern empfindlich reagieren, wieder zur Naturfaser zurückkehren.

Verträgliches Naturgewebe

Es ist nun gelungen, ein neues Gewebe zu entwickeln, und zwar eine Kombination zwischen Baumwolle und Wolle, nicht eine direkte Mischung von diesen beiden Naturstoffen, sondern eine zweischichtige Webart. In diesen Stoffen ist innen Baumwolle und aussen Wolle, und zwar werden von beiden Naturmaterialien naturbelassene, nicht chemisch behandelte Rohstoffe verwendet. Dieses Gewebe, das sich für Unterwäsche, auch für empfindliche Haut, ausgezeichnet eignet, bedeutet die Lösung des Problems. Die Baumwolle saugt die Feuchtigkeit vom Körper weg. Der Körper überträgt die Feuchtigkeit, wenn er langsam zum Schwitzen kommt, auf die Baumwolle, und die Baumwolle übergibt sie der Wolle, und diese, weil sie hygroskopisch ist, stösst sie nach aussen ab. Auf diese Art und Weise gibt es, man möchte sagen, keine kondensierte Feuchtigkeit, wie es bei Kunststoffgeweben eben der Fall ist, und bei einem kräftigen Schwitzen wird der Körper praktisch genommen entfeuchtet. Es gibt auch keinen zurückgeschlagenen Schweiss, wie man im Volksmund sagt, und dementsprechend keine übermässige Neigung zu Erkältungen. Ein solches Gewebe eignet sich wunderbar für Unterwäsche, sowohl für Frauen wie auch für Männer. Ich habe ideenmässig noch einiges dazu beigetragen, dass ein solches naturreines Gewebe geschaffen wurde. Und dies ist bestimmt die Lösung für alle, die Kunststoff wegen einer Überempfindlichkeit nicht vertragen. Ich habe dieses Gewebe selbst mit einigen Testpersonen ausprobiert und ich muss sagen, es ist wie ein Wunder, dass es moderne Strickmaschinen gibt, die solchen Stoff zu einem erschwinglichen Preis herstellen können. Sobald dieses Naturgewebe im Handel ist, werde ich wieder darüber berichten. Ich wollte nur meiner Freude Ausdruck geben, denn ich bin nicht nur begeistert von einer gesunden Ernährung, von natürlichen pflanzlichen und unschädlichen Heilmitteln, sondern auch von gesunder Kleidung und nicht zuletzt auch von gesundem Wohnen.

Gesünder Wohnen

Und da möchte ich den Architekten ans Herz legen, diesbezüglich etwas für die nächste Generation zu tun, denn es ist bitter nötig, weil ich so viele Patienten beraten musste, die in den Eisenbetonbunkern, wenn man sie so bezeichnen kann, an Rheuma, Kreislaufstörungen, Neuralgien und vielen andern Schwierigkeiten zu leiden haben, die sie früher nicht kannten. Zum Teil werden sie auch verschwinden, wenn die betroffenen Personen wieder in ihr Elternhaus zurückziehen, in ein Holzhaus, in das alte Bauernhaus auf dem Lande. Das heutige Rentabilitätsdenken kümmert sich eben sehr wenig um die gesundheitlichen Probleme und Notwendigkeiten.

Alte Erkenntnisse neu entdeckt

Ich hatte im Jahre 1925 im Sanatorium von Dr. Lamann noch unter der Direktive von Dr. Ragnar Berg in Dresden manches über gesunde Kleidung gelernt, und diese Erkenntnisse sind durch die moderne Textilindustrie weggeschoben worden, verdrängt durch interessantere und billigere Gewebe.

Heute kommt man nach und nach wieder zu den alten, bewährten Materialien zurück. Es ist genau so wie in der Heilmethode, wo die Chemie die Pflanzenprodukte verdrängte, und heute schnüffeln Vertreter der Grosschemie in der Pflanzenwelt herum, um Alternativen zu finden für die rückläufigen Gewinnchancen der reinen Chemie und um ihre Gewinnchancen zu verbessern.

Die vier «l»

Die Natur kann für gewisse Zeit verdrängt werden, aber nicht für immer. Und wenn wir den Grundsatz verwirklichen wollen, den ich in meinen Vorträgen immer verkündet habe, die vier «l», lerne lange leidlos leben, dann müssen wir die vier Grundsätze, gesunde Nahrung, gesunde Heilmittel, gesunde Kleidung und gesundes Wohnen ebenfalls zu einer Einheit vereinen.

Salix (Weide, Silberweide)

Vor sechzig oder siebzig Jahren, als wir junge Buben waren, schlängelten sich die Bäche, besonders im Voralpengebiet, noch gemütlich durch Äcker und Wiesen und waren von alten Weiden begleitet, die unregelmässig die Ufer säumten. Wir stöberten in den Löchern der Böschung, fingen Krebse, manchmal auch eine Forelle, die wir dann am Spiess braten konnten, ein Leckerbissen, der uns während des Hütens der Weidekühe viel Spass und Vergnügen bereitete, insofern uns der Feldhüter nicht erwischt und gemassregelt hatte. Doch diese Zeit ist vorüber. Heute sieht man nur noch selten solche alte Weiden, die, je nachdem wie sie geschnitten wurden, verkrüppelt dastanden und mich später an die alten Olivenbäume erinnerten, die ich im Mittelmeergebiet angetroffen habe.

Heilkräfte der Weide

Auf jeden Fall, die Weide war für uns ein spezieller Baum, und alte Weiden waren innen oft hohl und nachts leuchtete es phosphoreszierend, so dass wir Grund hatten, unseren Gespenstergeschichten eine reale Ursache zu geben. Nebenbei hatten wir die jungen Weidenschösslinge verwendet, um bei den Reben und dem Spalierobst junge Triebe anzubinden und zu befestigen. Und oft hatte uns die Grossmutter veranlasst, schöne Weidenrinde mitzubringen von zwei- oder dreijährigen Schösslingen. So lange sie saftig waren, liessen sie sich gut schälen, und Grossmutter zeigte uns dann, wie sich beim Trocknen innen ganz kleine Kristalle bildeten, die man schon mit blossem Auge und kleinere mit einem Vergrösserungsglas gut sehen konnte. Das ist der Heilstoff, der in den Weiden gedeiht; Salizyl, ein heilwirkendes Kristall. Die Weidenrinde kann man klein schneiden und daraus Tee bereiten, der gegen Rheuma und Fieber eines der besten Heilmittel darstellt, die es gibt.

Als später Salizyl-Tabletten in den Handel kamen, hatte mein Vater uns daran erinnert, dass der aus der Weidenrinde stammende Stoff nicht so stark wirksam sei, aber in Verbindung mit gewissen anderen Begleitkomponenten auf die Dauer, ohne Nebenwirkungen und ohne die Niere zu belasten, viel bessere Heilwirkungen auslösen kann. Das war es, was wir von der Weide wussten.

Regt Bauchspeicheldrüse an

Aber ein alter Mann, der mit der Natur vertraut war, wusste mehr. Er erklärte uns, dass bei Jugendlichen, die Zucker haben, bei der sogenannten Jugenddiabetes, der Weidenrindentee ganz hervorragende Dienste leistet und nach und nach die Langerhans'schen Inseln der Bauchspeicheldrüse derart anregt, dass sie wieder mehr Insulin produzieren. Bestimmt lohnt es sich, dies einmal auszuprobieren, denn man kann bei bestehender Zuckerkrankheit die Kontrolle sehr leicht durchführen. Eltern sind ja gewohnt, bei jun-