

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 1 (1941)  
**Heft:** 5

**Rubrik:** Fragen und Antworten

### **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:** 29.01.2026

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



zur Geltung kommt, denn was noch an den Beeren haftet, ist schwer löslich und wird beim Abpressen nur in ganz verschwindend kleiner Menge in den Saft gelangen können.

Versäumen Sie diesen Herbst auf keinen Fall, eine Traubenkur zu machen! Dies regeneriert den Körper, und groß und klein wird den Winter mit seiner vitaminarmen Nahrung und den vermehrten Anforderungen besser überstehen, bestimmt auch mit weniger Disposition zu Erkältungen und Katarrhen.

### Biologischer Landbau

Jetzt ist die Zeit, den Kompost anzulegen. Gartenabfälle, Gemüseresten, alles was von Blumenbeeten und Stauden weggeputzt und weggeschnitten wird, Laub, Tannreis, sowie alles, was verfaulen kann, bildet die Grundlage für den Kompost. Leeren Sie Ihre Kläranlage. Wer Kleintiere hat, streut den Mist und die Jauche zwischen die genannten Abfälle. Wer Knochenmehl zur Verfügung hat, streue beim Aufschichten etwas davon dazwischen, für kalkarme Böden auch Kalk. Früh im Frühling wird das Ganze umgeschauelt, und die Vorarbeiten für einen guten Kompost sind getan. Der Kompost soll aber auf der Erde und nicht in einer Grube bereitet werden. Er muß Luft haben, gären können. Kompost bildet die Grundlage einer gesunden biologischen Düngung.

### Fragen und Antworten

Ersatzprodukt für Puddingmehl und Maizena. — Fr. H., Basel. — Ein sehr gutes Ersatzprodukt für diese Zwecke ist das Buchweizenmehl, das zudem viel gehaltvoller ist als Maizena. Buchweizen ist kieselsäurereich wie Hirse. Zugleich enthält Buchweizen doppelt so viel Kalk, wie z. B.

Mais, und doppelt so viel Eisen. Sie erhalten bestimmt Buchweizenmehl im Reformhaus. Wenn nicht, dann schreiben Sie an unsern Verlag. Ich kann Ihnen eine Bezugsquelle angeben.

Drüsenleiden. — An B. G. in Zweisimmen. — Ihre Annahme ist ganz richtig, und wenn die Schmerzen in den druckempfindlichen, entzündeten Drüsen so rasch zurückgingen, dann kommt dies von dem Urtica her, denn dies ist ein Präparat aus der frischen Brennessel, welches bei Drüsenleiden, Skrofulosis, Kalkmangel, Rachitis und bei all denjenigen Krankheiten vorzüglich wirkt, bei denen das Kalk/Phosphor-Gleichgewicht gestört ist und ein Vitamin D-Mangel besteht. Dies ist, wie schon öfters in den Nachrichten erwähnt, der Wirkung des frischen Brennesselsaftes zuzuschreiben. Urtica-Komplex ist ein Präparat aus der frischen Brennessel, mit Milchzucker verarbeitet, welches angenehm einzunehmen ist und sowohl dem Erwachsenen, wie auch dem Säugling gegeben werden kann. — Es freut mich, daß die Wirkung so prompt eingetreten ist, und es ist gut, wenn Sie mit diesem Produkt weiterfahren und die homöopathischen Tabletten Calc. phos. und Silicea weiter nehmen. Diese helfen die Wirkung verstärken. Nehmen Sie dazu noch viel rohen Karottensaft ein. Jetzt ist die günstigste Zeit dazu, und die im übrigen noch erwähnten Störungserscheinungen werden bald verschwinden.

### Notiz für die Leser

Während den Ferien haben wir keine Nachrichten herausgegeben. Wir bitten um gefl. Notiznahme. Die heutigen »Gesundheits-Nachrichten« tragen also, wie auf der Titelseite vermerkt, die Nummer 5.

In allen weiteren Gesundheitsfragen wenden Sie sich am besten an:

**Laboratorium Bioforce**

**Teufen (App.)**

Telefon 3 61 70

**Eltern!**

Vergesst nicht, dass, wenn im Tale Nebel liegt, in der Höhe immer noch Wärme und Kraft spendende Sonne für Eure Kinder scheint. Stärkt sie daher durch einen Aufenthalt im

**Kinder- und Kurheim Vogel**

**Teufen (App.)**

Gute Milch und pflanzl.-biologische Küche