

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 5 (1947-1948)
Heft: 6

Rubrik: Unsere Heilkräuter

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: 08.01.2026

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

Berufskrankheiten

Soeben erhalte ich aus der welschen Schweiz einen Brief, der mich daran erinnert, einmal etwas über Berufskrankheiten zu erwähnen. Die Schreiberin berichtet mir, dass ihr Mann 38 Jahre in der Polier-Abteilung einer Fabrik gearbeitet habe und nun eine richtige Sylikose aufweise, also eine Lunge, die vollständig verstaubt und verschlackt ist. Es ist unbegreiflich, dass in vielen Betrieben heute noch viel zu wenig dafür Sorge getragen wird, bessere Ventilations-Anlagen und Entstaubungs-Möglichkeiten einzurichten. Ich weiss von vielen Betrieben, dass es diesbezüglich mangelt. Ein Arbeiter, der in einem Betrieb tätig ist, in dem Entstaubungsanlagen hergestellt werden, klagte mir, dass es trotzdem sogar bei ihnen diesbezüglich happte. Es ist wirklich unbegreiflich und in gewissem Sinn auch unverantwortlich, dass Unternehmer in dieser Hinsicht nicht mehr für die Gesundheit ihrer Arbeiter leisten. So lange man jung ist, denkt man zwar in der Regel, dass man sich an den Staub und Geruch gewöhnen könne. Erst später, wenn fast nichts mehr zu ändern ist, zeigen sich die schlimmen Folgen.

Die Betriebe, die Holz verarbeiten, sind nicht so schlimm, denn die kleinen Holzpartikelchen können durch die Schleimmassen immer wieder ausgeschieden werden. Das Verarbeiten von Metallen aber, wie Aluminium, Kupfer und andres mehr, ist sehr gefährlich, weshalb man die äussersten Vorsichtsmassregeln walten lassen sollte, um das Personal vor Schädigungen, die ein frühes Ende verursachen, zu schützen. Das Siechtum, das als Folge der Schädigung in Erscheinung tritt, ist ein sehr unangenehmes Arbeiter, die ohne entsprechende Schutzvorrichtungen ihrer Tätigkeit obliegen müssen, werden meist nicht alt.

Auch Maler und Lackierer, die mit Pistolen arbeiten, müssen vorsichtig sein, denn die Farben und Lacke, die zerstäubt werden, setzen sich mit der Zeit auch auf die Lunge, weshalb man alle Vorsichtsmassnahmen ergreifen muss. Es ist nicht damit getan, sich einfach an die Neuerungen zu gewöhnen, ohne an die Folgen zu denken. Arbeiter und Handwerker sollten sofort vorstellig werden, wenn die Einrichtungen nicht in Ordnung sind, denn es nützt ihnen nichts, sich durch Abwarten zu schädigen und ein frühes Ende zuzuziehen. Es gehören gute Entstaubungsanlagen und wenn nötig sogar Schutzmasken her, um vor den erwähnten Schädigungen zu bewahren.

Eine erfolgreiche Frühlingskur

mit Kräuterbädern, Massage, Diät-nahrung, unter Anwendung von Naturheilmitteln, (Frischpflanzen-präparate von A. Vogel) kann im Appenzellerländli durchgeführt werden im

Kur- und Heilbad Schoch in Schwellbrunn

in wunderbarer, ruhiger Höhenlage mit prächtiger Aussicht (970 m über Meer).

Ferienhaus

im Engadin zu verkaufen

Gutes, solid gebautes, geräumiges Engadinerhaus mit schönen Zimmern, zum Teil mit Arvenholz getäfert, mit gewölbten Kellern, grossem Schopf. — Wasser und Elektrisch im Hause. Für grosse Familie genügend Platz. Erhältlich zum billigen Preise von Fr. 28 000.—

Offerten unter Chiffre G 27 an die Redaktion des Blattes.

Unsere Heilkräuter

ALLIUM URGINUM (Bärlauch)

«Unsere Schwestern haben heute bestimmt wieder unter grosser Hitze zu leiden dort unten an der Strasse, denn bei dieser heissen Sonne kann das schönste Grün eines nagelneuen Kleidchens abgeschossen werden. Dort unten ist alles abgeholzt, und es ist nicht leicht, ohne jeglichen Baum-schutz den ganzen Tag in der glühenden Sonne zu stehen. Sogar der Sanikel hat gejammt, trotzdem er zäher und widerstandsfähiger ist als unsreiner. Wer dort unten stehen muss, wird es nicht manches Jahr aushalten, denn es geht lange, bis die jungen Ulmen, Eichen und Buchen so weit nach sind, um genügend Schatten zu spenden. Es wird eben nur abgeholzt, ohne an all die tausend kleinen Pflanzenkinder zu denken, die dadurch ein schweres Los erhalten oder denen gar verunmöglich wird, weiter zu leben!»

«Du hast doch bestimmt nichts zu jammern, Jumpfer Bärlauch, denn uns Maiglöckchen ergeht es doch um vieles schlimmer. Schau doch einmal den Bach hinauf. Tausende eurer grossen Familie stehen da und niemand von all den vielen Spaziergängern denkt daran, euch mitzunehmen, wiewohl sie sonst alles, was da blüht und duftet mitlaufen lassen. Vergreift sich zufällig einmal einer an einer von euren schön weissen Blüten, dann zieht er plötzlich die Nase hoch, denn Blumen von solchem Duft mag er nicht leiden, und er wird eure sicher nicht unschön aussehenden Blüten wegwerfen. Auf uns aber hat man es ganz besonders abgesehen, und wenn wir uns nicht hinter einen Fels-block oder neben einem alten Baumstrunk verstecken könnten, dann ist es um uns geschehen. Unersättlich ist die Sammelsucht der Spaziergänger, und wenn wir uns nicht durch die Wurzeln, sondern lediglich durch unsere Samen-kinder vermehren könnten, dann wären wir schon lange ausgestorben. Lustig ist es, wenn die Menschen unsere Blätterkleider verwechseln und an den Bach hinunter laufen, im Glauben, eure Bärlauchblätter seien Maiglöckchen! Wie enttäuscht kehren sie jeweils wieder zurück!» Bestüstigt kicherte das Maiglöckchen ob seiner Feststellung. Die Ulme aber verwies es ihm sachte: «Nanu, du kleines, zierliches Maiglöckchen, kommt es denn wirklich nur darauf an, dass man schön und duftig gekleidet ist? Meinst du nicht, es sei noch weit wertvoller, wenn man zu etwas nütze ist? Ich weiss zwar, dass man aus deinen schönen Glöcklein ein gutes Mittel gegen Kopfweh bereiten kann, indem man sie trocken pulverisiert und ganz kleine Mengen davon schnupft, was vorzüglich helfen soll. Unsere Bärlauchpflanze aber hilft allen alten Leuten, die sie nicht nur kennen, sondern auch verwerten. Wir sollten sie daher achten und wertschätzen, statt geringschätzig von ihr zu denken. Ich will dir nun ein kleines Geschichtchen erzählen, das so schön ist, dass man denken könnte, es sei wahr. Als unser grosser Schöpfer uns allen Kleidchen, Farbe und Duft gegeben hatte und alles voller Freude und Glück erstrahlte, da durften wir alle noch zwei Wünsche äussern. Einige wünschten, ihr Kleidchen möge in tieferem Grün leuchten, andere wieder begehrten für ihre Blüten ein stärkeres Blau. Der Bärlauch aber hat sich fein duftend weisse Blüten und zarte Blätter gewünscht. Aber o weh, jedermann, der an den Bach kam, nahm sich die feinen Blüten mit und Freund Reh und Hase, die immer am Bache zum Frühstück speisten, verzehrten mit Vorliebe die zarten Blättchen unsres Bärlauchs. So wurde er immer seltener, und beinahe wäre er ganz ausgestorben, wenn es einigen von ihnen nicht frühzeitig noch in den Sinn gekommen wäre, dass sie noch einen Wunsch einzulösen hätten. Zwar hätten sie den zweiten Wunsch lieber für etwas besseres verwendet, als ihn nun für einen wirksamen Schutz opfern zu müssen. Von da an hatten Blüten und Blätter einen eigenartigen Duft und niemand, der nicht die Wunderwirkungen der innern Säfte kannte, griff mehr nach ihnen. Ganz ähnlich ist es auch dem gezackten Nes-selchen ergangen, erhielt es doch brennende Härchen und

heisst deshalb seither Brennessel.» So erzählte die alte Ulme, die heute besonders gesprächig zu sein schien und fast das alte, weisshaarige Männlein, das soeben den Waldweg heraufkam, übersehen hätte. Mit zitterigen Händen zog der Alte ein Baumwollsäcklein aus der Tasche, und bald war es um die vielen Bärlauchpflanzen geschehen. Des Duftes nicht achtend, liess der Greis die zarten Blätter in sein weisses Säcklein verschwinden. Zu Hause mochte er dann einen Salat daraus zubereiten, oder aber auch ein vorzügliches Gericht davon im Fett schmorren lassen, das weit schmackhafter ist als der beste Spinat. Jahr für Jahr holte sich der Alte daher die würzigen Blätter, um sie für seine Gesundheit zu verwerten. «Bestimmt hätte er den heutigen Frühling nicht erlebt,» versicherte die Ulme, «wenn er nicht immer von den Blättern des Bärlauchs gegessen hätte. Einige zerkleinert er jeweilen in einer Maschine, legt den Brei in alten Malaga und bereitet sich so einen feinen Wein, den er das ganze Jahr hindurch trinken kann. Dadurch sind seine Adern immer elastisch geblieben, und wenn sich auch die Jahre seines Lebens mehrten, und seine Hände zu zittern begannen, im Blute ist er jung und im Geiste frisch geblieben, was er nur den wunderbaren Säften unsres Bärlauchs zu verdanken hat. Auch die Würmer halten es in den Eingeweiden nicht lange aus, wenn Bärlach eingenommen wird, und eine alte Verschleimung in der Brust oder den Bronchien muss weichen, wenn längere Zeit Bärlauch genossen wird.»

Während die Ulme so erzählte, hatte der alte Mann sein Säcklein gefüllt und ging wieder friedlich seines Weges. Wie oft mag er noch kommen, bis auch er seine müden Glieder zur Ruhe legt und wieder ein anderer an seiner Statt sein weisses Säcklein füllt? «Ja, ja,» räusperte sich ein kleines Käutzchen, das in der Astgabel eines Baumes sass und vor sich hin sann. «Viele Kräutlein sind gut gegen Leibesbeschwerden, wie gut aber, wenn eines auch dem Tod den Riegel schieben könnte! Allerdings müssten alsdann auch Leid, Weh und Not verschwinden, denn wer möchte unter schlimmen Verhältnissen, wie sie heute bei den Menschen an der Tagesordnung sind, ewig leben? Ja, ja, da reicht eben das Können der Geschöpfe nicht aus, da muss einmal eine Aenderung eintreten, die alles mit sich fortschwemmt, was Friede, Eintracht und Harmonie stören würde.» Sinnend nickte das Käutzchen ein, während sich die Ulme leicht im Winde bewegte und wohlwollend die kleinen Kräuter zu ihren Füssen bewachte.

Mit diesem
„Para“-Yoghurt-Apparal
ist die Herstellung im Haushalt
eines tadellosen, die Ge-
sundheit hebenden und
stärkenden YOGHURTS
einfach und sicher.

Offerte durch
S. Linder, Zürich 33

Postfach Oberstrass
Telefon (051) 26 61 28

Wir suchen für unseren Betrieb eine tüchtige
KÖCHIN
die Freude hätte sich in die vegetarische Küche ein-
arbeiten zu lassen. — Ein kräftiges Mädchen, das Talent
und Freude am Kochen hat und noch nicht ausgebildet
ist, käme ebenfalls in Frage. **A. Vogel, Teufen**

Fragen und Antworten

Anfragen durch den Fragekasten sind für alle Abonnenten der «Gesundheits-Nachrichten» gratis. Für briefliche Rückantwort ist eine zwanziger Marken beizulegen. Anfragen sind direkt an A. Vogel, Teufen (Appenzell) zu richten.

CHIROPRAKТИСHE BEHANDLUNG BEI UNFALL

Eine Patientin schreibt über die störende Wirkung eines Unfalles folgenden Bericht:

Vor circa sechs Wochen schrieb ich Ihnen betreffs einem drückenden Schmerz in der oberen Wirbelsegge, verbunden mit Atemnot, sowie andern Störungen. Während ich Ihre Mittel erwartete, ereignete sich folgendes. Ich fiel aus lauter Unachtsamkeit eine kleine Treppe hinunter, und als ich mich vom Schrecken erholt hatte, spürte ich weder Rückenweh, noch Atemnot mehr, und zwar ist dies Uebel nie wieder erschienen. Ich vermutete nun fest, dass ein eingeklemmter Nerv die Ursache gewesen war und durch das Fallen wieder in die rechte Lage gebracht worden ist. Ich war glücklich und meldete Ihnen dies auf einer Karte und glaubte somit alles in Ordnung. Dies ist nun leider doch nicht der Fall, denn ich spüre eine deutliche Drüs- und Unterleibsstörung in letzter Zeit. Ich habe Schmerzen im Unterleib, besonders bei Darmentleerung und bin seit circa 3—4 Wochen immer mehr und mehr aufgetrieben und scheinbar wie geschwollen. Die Periode ist sehr schmerhaft und zu spärlich. Was mich aber besonders dazu treibt, Sie um Hilfe zu bitten, ist ein anhaltendes Kopfweh, das sich vom Rücken her über den Kopf zur Stirne zieht und mich fast steif macht. Dieses Kopfweh ist neu. Vor circa $\frac{1}{2}$ Jahren kannte ich überhaupt noch kein Kopfweh. Ich fühle mich sehr freudlos und spüre nicht die geringste Unternehmungslust, weder zur Arbeit, noch zu einem kleinen Vergnügen — Frl. O. Pf. aus R., welche glücklich ist, von Ihnen die ausgezeichnete Hilfe erhalten zu haben, sagte mir, dass Sie vorzügliche Drüsennmittel besitzen und sprach mir auch von einem gewissen «Avena sativa», das «Wunder» wirken soll. Ich überlasse es aber vollkommen Ihnen, mir das Richtige zu geben und danke Ihnen schon jetzt von Herzen für Ihre Hilfe.

Die Antwort an Frl. Sch. aus R. lautete wie folgt: «Es ist genau so, wie Sie schreiben. Es stimmt, dass durch den Fall ein eingeklemmter Nerv frei geworden ist und deshalb haben Sie nun die Rückenschmerzen, die Sie geplagt haben, wieder weg. Nun ist aber durch den Fall eine andere Verschiebung der Wirbel im Erscheinung getreten, und deshalb haben Sie die jetzt geschilderten Störungen. Ich sende Ihnen gerne das gewünschte Mittel, das Ihren Nerven gut tun wird. Was aber noch wichtiger ist, das ist bei Ihnen eine Korrektur der verschobenen Wirbel, und hiezu müssen Sie sich in chiropрактиche Behandlung begeben. Ich rate Ihnen, nach Zürich zu einem der bekannten Chiropraktoren zu fahren. Richten Sie eine Empfehlung von mir aus, und er möchte die Verschiebung bei Ihnen wieder in Ordnung bringen und mir berichten, was er gefunden habe. Ich bin davon überzeugt, Sie werden guten Erfolg haben, denn Ihre Schilderung zeigt einen typischen Fall für die Chiropraktik. — Selbstverständlich kann man mit Chiropraktik nicht alles heilen. Es gibt Fälle, bei denen wirklich nur durch eine Aenderung der Lebensweise, eine Aenderung der Kost oder durch natürliche Heilmittel eine Störung oder ein Leiden behoben werden kann. Aber in all solchen Fällen, wie der von Ihnen geschilderte, ist die Chiropraktik das einzige Richtige. Ich empfehle Ihnen also diese Behandlung und bitte Sie, unter allen Umständen dorthin zu gehen und mir über den weiteren Verlauf Bericht zu erstatten.

PSORIASIS

Ein Schreiben, das mir am 2. April aus Basel zuging, bestätigt die interessanten Zusammenhänge der inneren Organe zur Hauttätigkeit. Die Patientin schreibt, wie folgt:

«Durch Zufall habe ich von meiner Schwester Frau M. W. aus B. eine angebrachte Flasche Chelidonium D 2 bekommen. Ich leide seit bald 20 Jahren an Psoriasis und zwar an beiden Ellbogen und beiden Knieen. Nun habe ich bisher alles versucht, aber ohne wesentlichen Erfolg. Jetzt habe ich dieses Mittel probiert und habe, so weit es sich bei dem mir zur Verfügung stehenden Quantum feststellen liess, beobachtet, dass sich mein Leiden etwas besserte.»

Mein erklärendes Schreiben hierauf lautete:

Werte Frl. V.! Es ist interessant zu vernehmen, dass Ihre Psoriasis durch Einnahme von Chelidonium, also