

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 5 (1947-1948)  
**Heft:** 7

**Rubrik:** Warenkunde

### **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:** 24.12.2025

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



Wirkung reiner Naturmittel zeigen können, besonders in solch krassem Fall, wie nun gerade bei Ihrem Kinde. — Halten Sie fernerhin alles ein, was ich Ihnen mitgeteilt habe. Wenn der Erfolg nun da ist, dann geben Sie sich bitte Mühe, ihn auch zu festigen, so dass er immer bleibt. Sie sehen, wie wenig es braucht, um helfen zu können, wenn man das Richtige anwendet. Ich bin überzeugt, dass die Sanatorien nicht so überfüllt wären, wenn die Menschen durch naturgemässe Lebensweise und Einnahme der fehlenden Stoffe vorbeugen würden. Bei der geringsten Disposition schon sollte Kalk und Kieselsäure in natürlicher Form eingenommen werden. Ebenso sollte die Lebensweise, wie bereits erwähnt, vernünftig sein und eine richtige, naturgemässe Ernährung mit genügend Vitamine durchgeführt werden. Gleichzeitig muss man auch die Haut richtig pflegen, denn wenn die innern Organe, wie auch die Haut richtig arbeiten, dann kann sich der Körper der Stoffwechselschlacken auch entledigen, so dass viel weniger Gefahr von Verschlackungen und Infektionsmöglichkeiten in Erscheinung treten. — Ich freue mich also herzlich mit Ihnen über den Erfolg und begrüsse Sie freundlichst.

## Interessante Berichte aus dem Leserkreis

### AERZTLICHE AUSWERTUNG DER URINANALYSE

Anlässlich der Mustermesse war ich in Basel, wo ich eine lustige Episode erfuhr. Eine Bekannte erzählte mir über die gesundheitlichen Bemühungen eines Patienten folgendes. Er war seit einiger Zeit bei verschiedenen Aerzten in Behandlung gewesen. Da sie ihm jedoch einfach nicht helfen konnten, begab er sich zu einem Homöopathen, bei dem er jedoch auch keinen Erfolg erzielte. Hierauf sandte er mir den Urin zur Untersuchung zu. Aus dem Resultat war nun ersichtlich, dass die Leber nicht einwandfrei arbeitet und die Bauchspeicheldrüse nicht recht funktioniert. Mit dieser Analyse ging er nun erneut zum homöopathischen Arzt, um ihm den Bericht zu zeigen. Nach Einsichtnahme des Untersuchungsergebnisses meinte der Arzt bestätigend: «Ja, das könnte jetzt erst noch sein, das könnte stimmen!» Er gab dem Patienten hierauf die dementsprechenden Mittel, die prompt wirkten, so dass er rasch wieder gesund wurde. Mit grösster Freude hat er seinen Bekannten den Erfolg kundgetan. — Auf diese Weise wäre es schliesslich auch schön zu arbeiten, denn leider werden von den Aerzten die Analysen selten gründlich durchgeführt und vielfach fehlt es diesbezüglich eben an einer guten Diagnostik. Da die Urinanalyse schliesslich eine wissenschaftliche Methode ist, sollte man deren Verwertung wirklich auch in Aerztekreisen mehr Beachtung schenken. — Die Mitteilung im Allgemeinen, der Erfolg im besondern, aber auch die schlichte Aufrichtigkeit des Arztes haben mich köstlich gefreut.

### SO SOLLTE ES SEIN

Am 27. Mai 1948 erhielt ich von einer Patientin aus Zürich einen erfreulichen Bericht. Sie schrieb mir, dass ihr die Krankenschwester eine Aerztin geschickt habe, die meine Mittel und die Verordnungen geprüft habe. Hierauf nun schreibt mir die Patientin wörtlich wie folgt:

«Die Aerztin sagt, sie habe nichts dagegen, wenn ich bei Ihnen in Behandlung sei, ich würde ganz richtig behandelt und solle nur so weiter fahren. Die Krankenschwester könne mir die empfohlenen homöopathischen Einspritzungen ruhig machen.»

Es ist wirklich erfreulich, wenn eine Aerztin die Behandlungsmethode eines Naturarztes einer sachlichen Prüfung unterzieht und der Patientin offen zugibt, wenn Mittel und Verordnungen richtig befunden worden sind. Ich selbst stelle mich ebenso ein. Wenn ein Arzt oder eine Aerztin einen natürlichen Weg einschlägt, so dass die Verordnungen dementsprechend gut und richtig sind, dann freue ich

mich darüber, denn sollte man nicht froh sein, wenn es etwas dümmert? Wie gut wäre es, wenn man zusammenarbeiten würde! Wenn sich die Aerzte Mühe geben würden, natürliche Wege zu gehen, dann hätten sie in mancher Hinsicht einen Vorsprung vor den Naturärzten, weil sie in bezug auf ihre Einrichtungen und Untersuchungsapparate eben manchen Vorzug haben. Nur betreffs der Medikamentenverordnung happert es eben bei vielen Aerzten noch sehr, da sie immer wieder zu den chemischen Mitteln Zuflucht nehmen statt zu den natürlichen und biologischen Präparaten.

### LUPUSLEIDEN UND HERZSCHWACHE

Am 30. März erhielt ich von einer Patientin ein Schreiben folgenden Inhalts:

«Für mein Lupusleiden und meine Herzschwäche verwendete ich verschiedene Mittel: Molkenkonzentrat, Calcium-Komplex in Pulver und Tabletten, Hypericum-Komplex und Herztonikum. Nun sind die Mittel teilweise zu Ende gegangen. Die Heilung geht langsam vorwärts, und ich habe grosse Hoffnung, dass Sie mir weiter helfen können.»

Lupus ist eine Hauterkrankung, der sehr schwer beizukommen ist. Interessant ist, wie durch ganz einfache, natürliche Mittel bereits jetzt schon eine Besserung eingetreten ist. Uebersaus erfolgreich wirken auch die Dr. Ponndorff-Anwendungen.

## Warenkunde

### YOGHURT

Wer in Bulgarien schon ein Volksfest miterlebt hat, muss dabei unwillkürlich an eine unsrer «Dorfchilbi» denken, nur sind dort die Mädchen und Jünglinge viel bunter gekleidet als bei uns. Die Bulgarinnen verstehen sich auf das Sticken sehr gut, so dass selbst unsere geübten Ostschweizerinnen im Buntsticken manches von diesen vollschlanken, kräftigen Töchtern Bulgariens lernen könnten. Aber auch die alten Männer werden uns bei dem erwähnten Feste auffallen, denn trotz der vielen Jahre, die sie bereits schon zählen mögen, nehmen sie noch regen, ja teilweise sogar aktiven Anteil an dem lustigen Treiben der Jungen. Nicht umsonst sagt ein Sprichwort von jemandem, der sehr alt ist, er sei alt, wie ein Bulgare. Wo ist nun das Geheimnis zu finden, das den Bulgaren ihre Gesundheit verschafft? Bei allen Völkern, die entweder besonders schöne, schlanke, elastische oder zähe Menschen hervorbringen, sucht man in der Regel nach dem besondern Grund, dem eigentlichen Geheimnis ihrer begehrenswerten Vorzüge. Man geht bei diesem Suchen meist zu weit, denn gewöhnlich ist die Ursache in einer einfachen, natürlichen Lebensweise zu finden.

Bei den Bulgaren nun soll der regelmässige Genuss von Yoghurt das Geheimnis ihres durchschnittlich hohen Alters sein. Yoghurt ist wirklich eine gesunde Nahrung, wenn schon es nicht ausschliesslich die einzige Ursache sein wird, die ein hohes Alter zu verbürgen vermag. Immerhin wird es viel dazu beitragen, denn die Bulgaren haben nicht so viel Verdauungsbeschwerden, also nicht so viel Magen- und Darmstörungen, wie wir Schweizer, und daran hat der Yoghurtgenuss gewiss einen wesentlichen Anteil. In unserem milchwirtschaftlichen Lande sollte der Yoghurt viel verbreiteter sein. Die Milchsäure und vor allem die veredelte Säure der Yoghurtmilch hat auf die Darmschleimhäute, wie auch auf die gesamte Darmflora eine ganz hervorragende, reinigende Wirkung. Leidet jemand an Verstopfung, dann kann er sich durch die regelmässige Einnahme von Yoghurt und Flohsamen (Psyllium) oft wieder eine geregelte Darmtätigkeit verschaffen. Allerdings darf er dazu nicht noch Schokolade und Käse essen. Zudem sollte man dem Yoghurt weder Zucker, noch andere Süssigkeiten beimengen, sollte ihn auch nicht mit süssen Speisen zusammen essen, wenn man die volle Heilwirkung dieses hervorragenden Nahrungsmittels auswerten möchte. Yoghurt passt am besten



zu Salaten, sehr gut auch als Vorspeise. Rettiche sind manchem zu scharf. Isst man sie mit Yoghurt zusammen, dann sind sie sehr angenehm zu geniessen. Die Preisfrage ist bei der Selbstbereitung des Yoghurts so, dass diese herrliche, im Sommer so erfrischende Heilnahrung jeder Familie zugänglich sein kann.

Bring täglich Yoghurt auf den Tisch,  
So bleibst du lange jung und frisch,  
Und lebst bescheiden du, wie ein Bulgare,  
so magst auch du verlängern deine Jahre.

## Wichtige Mitteilungen

Die neue Broschüre mit den zwei interessanten Vorträgen von A. Vogel wurde auch Ihnen zugestellt. Wir hoffen, dass solche auch in Ihrem Hause freudige Aufnahme findet oder von Bekannten mit Wertschätzung entgegengenommen wird. Den Betrag von Fr. 2.50 möchten Sie dafür auf unser Verlags-Postcheckkonto überweisen. Der Verlag.

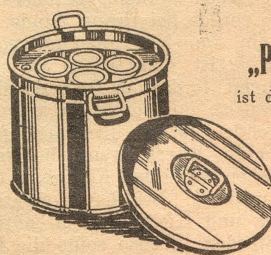
### URIN-SENDUNGEN

Wenn jemand den Urin zur Kontrolle einsendet, dann ist es unbedingt notwendig, dass wir 2 dl Morgenurin erhalten für eine gründliche Untersuchung. Es werden immer wieder Urin-Sendungen gemacht, die zu wenig Urin enthalten. — Zugleich sollte die Korrespondenz jeweils der Urin-Sendung beigelegt und nicht separat per Post gesandt werden, da es wieder vermehrte Arbeit für uns bedeutet, aus den vielen Briefen immer wieder die entsprechende Korrespondenz herauszusuchen, die als Unterlage für die Urin-Analyse notwendig ist. — Ferner ist es unbedingt notwendig, dass gut gereinigte Flaschen verwendet werden. Niemals sollte man Parfümflaschen gebrauchen und auch keine solchen, die eine enge Öffnung haben. Auch sollte nur der Morgenurin gesandt werden. Man sollte ferner darauf bedacht sein, dass der Urin nicht erst am Samstag bei uns eintrifft. Er sollte möglichst anfangs oder Mitte der Woche abgesandt werden, so dass er spätestens am Freitag hier eintrifft und Samstags noch untersucht werden kann. Je rascher der Urin untersucht wird, umdesto zuverlässiger ist das Resultat.

### TELEFONISCHER ANRUF

Ich möchte nochmals alle Leser der «Gesundheits-Nachrichten», die irgendeine Auskunft zu erhalten wünschen, darauf aufmerksam machen, dass ich früh zu Bett gehe. Ich bin also nach 8 Uhr abends unter keinen Umständen mehr zu sprechen, es sei denn, es handle sich um einen Notfall. Ich gehe in der Regel um diese Zeit zu Bett, damit ich morgens in aller Frühe, wenn vielleicht alle andern noch schlafen, schon an der Arbeit sein kann. «Morgenstund hat Gold im Mund». Es wollen sich alle daran erinnern, dass ich den Vormitternachtschlaf ausnützen möchte. Wer später telefoniert, riskiert, dass er keine Antwort mehr erhält oder aber, wenn das Bureau-Personal abwesend ist, keine richtige Auskunft erhalten kann. Ich möchte also nochmals erwähnen, tagsüber zu telefonieren, während der Bürozeit oder früh morgens; da bin ich am besten zu erreichen. Wenn also kein dringender Fall vorliegt, sollte abends nach 7 Uhr nicht mehr telefoniert werden. Da keine verbilligte Taxe mehr auszuwerten ist, wird es auch nicht schwer fallen, in Zukunft die Tageszeit zum Telefonieren zu benützen.

Verantwortlicher Redaktor: A. Vogel, Teufen



### Mit diesem „Para“-Yoghurt-Apparat

ist die Herstellung im Haushalt eines tadellosen, die Gesundheit hebenden und stärkenden YOGHURTS einfach und sicher.

Offerte durch

Postfach Oberstrass  
Telefon (051) 26 61 28

**S. Linder, Zürich 33**

Neben den vielen Produkten für die neuzeitliche Ernährung und Körperpflege, führen wir folgende Erzeugnisse von A. Vogel in Teufen:



Hagebuttenmark  
Kaffee-Ersatz  
mit oder ohne Bohnen  
Weizenkeime  
Pflanzenwürze

Molkenkonzentrat  
Tannenknospensirup  
Spitzweigerichsirup  
Salböle und Crèmen  
u. s. w.

### Reformhaus Müller AG.

Rennweg 15

Zürich 1

Zweigniederlassungen:

Aarau, Vordere Vorstadt 8 - Winterthur, Obere Kirchg. 8

## Ferien in St. Moritz?

An Naturfreunde, am liebsten an Leser der «Gesundheits-Nachrichten»

### schöne Ferienwohnung zu vermieten

und zwar 1 nettes Sommerzimmer mit 2 Betten ev. 1 Bett mit Couch. Daneben ein weiteres Sommerzimmer mit 1 Bett. Neben diesem Zimmer einen Raum mit Kochplättli und dem nötigen Geschirr für Morgen- und Abendessen zuzubereiten. Für Stromverbrauch ist eigener Zähler da. Ohne Bedienung. Preis pro Bett Fr. 2.— / Fr. 2.50 / Fr. 3.— im Tag je nach der Zeit.

Offerten und Anfragen möchte man direkt richten an Frau Koch-Guanella Wwe., Galerie, St. Moritz-Bad.

## Die besten Naturheilmittel

erhalten Sie in Genf in der Pharmacie du Pré-l'Evêque, Ch. Wohlwerth, Rue Eaux-Vives 1.

Für Glarus und Umgebung in der Apotheke Wohlwerth in Ennenda.

Wir senden Ihren Bekannten von den «Gesundheits-Nachrichten» gerne Probenummern gratis! Geben Sie uns bitte Adressen bekannt!