

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 5 (1947-1948)
Heft: 10

Artikel: Von grosser Not
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-554560>

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: 02.05.2026

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

Gesundheits-Nachrichten

MONATSZEITSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE
Naturgemässe Ernährung, Körperpflege und Erziehung

Jahres-Abonnement Fr. 4.50, Ausland 5.20
Erscheint monatlich

Redaktion und Verlag: A. Vogel, Teufen
Tel. Teufen 3 61 70 Postcheck IX 10 775^o
Druck: Isenegger & Cie., Villmergen (Aarg.)

Insertionspreis:
Die einspaltige Millimeterzeile 15 Rp.

AUS DEM INHALT:

1. Stiefmütterchen. - 2. Von grosser Not. - 3. Urinanalysen. - 4. Schlaflosigkeit. - 5. Unfreiwillige Kneippkuren. - 6. Ruhejahr. - 7. Unsere Heilkräuter: Viola tricolor (Stiefmütterchen). - 8. Fragen und Antworten: a) Von verschiedenen Mitteln, ihrer Anwendung und Wirksamkeit; b) Naturärztliche Fragen. - 9. Aus dem Leserkreis: a) Ein Urteil von vielen; b) «Wem nid isch z'rote, dem isch nid z'hälfe». - 10. Warenkunde: Wildfrüchte (Hagebutten und Berberitzenbeeren, Weissdornbeeren, Vogelbeeren).

Von grosser Not

Wenn wir einmal unsere kleine Friedensinsel, die Schweiz, verlassen, um einen Abstecher in die Länder des Elends vorzunehmen, die rings um uns herum in schlimmste Lagen gedrängt worden sind, dann können wir uns einigermaßen ein Bild von der erschütternden Not, die überall herrscht, vorstellen. Wie notdürftig sind die Wohnungen zusammengeflickt, wie armselig sind die Kleider, wie mangelhaft die Nahrung! Blicken wir aber erst einmal in die Augen dieser unterernährten, bedrängten Menschen, dann ermassen wir einigermaßen ihre seelische Not, denn hohl und leer schauen sie vielfach an uns vorüber, hoffnungslos ins Weite hinein. Die Aussichtslosigkeit dieser Menschen, sich irgendwie spärlich einzurichten, bedrückt uns übermässig. Noch immer müssen sie Besetzungsmächte ertragen, noch immer stehen sie unter Diktaten, unter Befehlen und Einengungen, die jegliches Bestreben, sich wieder entwickeln und entfalten zu können, erdrosseln und verunmöglichen. Die ganze Vitalität wird dadurch lahmgelegt. Fühlen wir all diese schweren Folgen menschlicher Entgleisung nach, dann müssen wir in unsrer Hilflosigkeit und Bedrängnis einsehen, dass nur eine allmächtige Hand aus einer solch grossen Not Abhilfe schaffen kann. Dies gilt auch in gewissem Mass für die Not der heranwachsenden, reifenden Jugend, denn auch sie ist gross, wenn wir sie vielleicht schon kaum beachten und sie am liebsten nicht wahr haben möchten. Gleichwohl aber steht auch die Jugend unter einer grossen Aussichtslosigkeit, da sie überall gehemmt und unter Druck gesetzt ist, wenn schon gerade die Jugend Verständnis und Wärme benötigt, um sich auf gerader Bahn entfalten zu können. Statt dessen aber stürzt sie sich in ihrer Not in irgend ein Elend hinein, nur, um vergessen zu können, um irgendwo verstehendes Entgegenkommen zu finden. Was fragt sie schliesslich danach, ob die Grundlage, auf der sie sich befindet, unerwünscht und unrichtig sei, wenn sie sich nur auf irgend eine Weise durch das Leben hindurchfindet; dem Wie schenkt sie keine grosse Aufmerksamkeit, keine ernstlichen Bedenken. Vielleicht sind jene, die die allgemeine Not empfinden, in noch grösserer Bedrängnis als die Gleichgültigen, denn sie erkennen die Aussichtslosigkeit in doppeltem Mass. Was können wir schon tun, um den allgemeinen Uebelstand zu

Stiefmütterchen

*Stiefmütterchen, wie hübsch bist du,
Wie freundlich lächelt dein Gesicht,
Stiefmütterchen, in aller Ruh
Blickst farbenfreudig du zum Licht.
Wer hat dir deinen Namen zugebracht,
Du siehst doch ganz nach echter Treue aus?
Stiefmütterchen belustigt lacht:
«Voll eigener Kinder ist mein Haus!
Ich heiss nur so, doch bin ich mütterlich.
Nicht nur den eignen Kindern helf' ich treu,
Ich liebe auch die Menschen inniglich
Und diene ihnen täglich stets aufs neu.
Ist's Scherz, ist's Neid, der mich verkennet?
Ich weiss es wahrlich selber nicht,
Es ist nicht wichtig, wie man mich benennet,
Wohl aber, dass voll Liebe leuchtet mein Gesicht!»*

beheben? Wir können mitempfinden, können mildern, können auf die Wunden ein Pflästerchen legen, aber heilen, wie es notwendig wäre, das können wir nicht, wenigstens nicht im allgemeinen, sondern höchstens vereinzelt.

Steht es nun mit unsrer Schweizerjugend vielleicht besser? Haben Eltern und Erzieher ihr Möglichstes getan, um der seelischen Not zu steuern, da unser Land ja nicht von der Kriegsfurie und ihren Folgen heimgesucht worden ist? Ständen uns wohl die gleichen zwingenden Verhältnisse im Wege, wie in den vom Kriege betroffenen Ländern, die es uns verunmöglicht hätten, unsrer Jugend das zu bieten, was sie notwendig hat? Nein, die gleichen Schwierigkeiten standen uns niemals im Wege, wohl aber das Festhängen am alten Zopf, an Sitten und Gebräuchen, die sich in Zeiten der Not nicht bewähren. Kurzsichtigkeit und Engherzigkeit vernageln das Verständnis und drängen die Jugend in das Extrem der Ausgelassenheit. Was wir Aeltern der heutigen Generation in unsrer eignen Jugendzeit erlebt und gesehen haben, war nur selten mit einer Dosis Sensation gewürzt. Was aber unsere heutige Jugend an sich herantreten lässt, gleicht einer ständigen Narkose, einer Betäubung, die das klare Unterscheidungsvermögen erdrosselt. So ist es leicht verständlich, dass besonders die sexuelle Not sehr gross geworden ist. Meine beiden Vorträge über «Harmonisches und unharmonisches Geschlechtsleben», wie auch über «Liebe und Leidenschaft» haben da-

her nicht geringen Anklang gefunden. Jeder Leser der «Gesundheits-Nachrichten» hat sie in Broschürenform zu lesen bekommen, und es ist für mich eine Genugtuung, dadurch manchem Menschen von abschüssiger Bahn zurück verhelfen zu können, denn jeder, der von Verirrungen absteht, ist für gewisse lebensnotwendige Wahrheiten eher empfänglich als einer, der sich im Irrtum wohl fühlt.

Nachfolgendes Schreiben, das ich am 25. Juni 1948 von einem jungen, aufrichtigen Manne erhalten habe, mag diese Feststellung bestätigen.

«Mit viel Freude und Dankbarkeit habe ich Ihr Büchlein «Harmonisches und unharmonisches Geschlechtsleben» gelesen und möchte es daher nicht unterlassen, Ihnen dafür von Herzen zu danken. Sie können kaum ermesen, was es für mich bedeutet, über solche Dinge in einer solch sauberen und schönen Sprache lesen zu dürfen. Es kommt mir vor, als dürfte ich für kurze Zeit in ein Paradies schauen, das für mich verschlossen ist wegen einer unsauberen Jugendzeit.

Ich kann dabei nicht ohne Groll meiner Eltern gedenken, die vermeinten, nur durch ständige Kirchenspringerei rechte Menschen aus uns machen zu können. Dabei beschnitten sie peinlich alle Auswüchse jugendlichen Uebermutes, im Glauben, uns damit zu erziehen. Ist es da ein Wunder, wenn man der Familie fremd wird?

Aber damit ist nichts an meinem heutigen Zustand geändert worden. Wenn auch das Leben es gut mit mir gemeint hat, so fühle ich mich trotzdem als Unterlegener und dies noch mehr, da mich ein Mädchen liebt, wie ich es tausendfach nicht verdient habe und auch nicht im Stande bin, diese Liebe gleichwertig zu erwidern. Nun, dagegen helfen ja auch keine Naturmittel.»

Ein solcher Brief gibt einen gewissen Einblick in die Herzen junger Menschen. Nicht jeder wird gleich reagieren wie der Schreiber des Briefes, denn die meisten sind so eingestellt, dass sie sich ohne Bedenken einfach ins Leben hineinstürzen, um, wie sie meinen, dem vollen Lebensgenuss gerecht werden zu können. Sie achten nicht darauf, dass sie sich damit schaden zufügen, sondern stossen im Gegenteil jegliche Warnung blindlings von sich und verächtlich ignorieren sie jeden Tadel, der an sie herantritt, bis schliesslich das Leben selbst mit einem plötzlichen Zusammenbruch antwortet und zwar wird sich dieser nicht nur seelisch, sondern auch körperlich und wirtschaftlich, kurz in jeder Hinsicht auswirken.

Zum Nutzen all jener, die in einer ähnlichen Lage sind, wie die im veröffentlichten Briefe geschilderte, zum Nutzen auch all jener, die andern in solchen Lagen zu raten haben, möchte ich meine Antwort ebenfalls bekanntgeben. Sie lautete wie folgt:

«Das, was Sie zum Ausdruck bringen, ist die Sprache eines grossen Prozentsatzes unsrer heutigen jungen Menschen. Leider steht es so, weshalb ich mir die Mühe genommen habe, über dieses Thema so offen und klar zu schreiben. Ich weiss, dass es mir dadurch gelingen wird, vielen eine Hilfe zu sein, weshalb sich ja auch die Anstrengung und Arbeit reichlich lohnt.

Sie dürfen nicht glauben, dass nun für Sie alles verloren ist. Ich kann mir schon vorstellen, dass von Ihrem Gesichtspunkt aus die Sache nun als eine verlorene Schlacht angesehen wird. Bedenken Sie aber, dass eine verlorene Schlacht noch kein verlorener Krieg bedeutet. Wenn Sie nun das Glück haben, von einem anständigen, rechten Mädchen geliebt zu werden, dann regenerieren Sie alles, was noch in Ihnen steckt. Ein junger Mann kann ein kleiner Ritter sein, und wenn Sie sich Ihrem Mädchen gegenüber als Ritter benehmen, dann wird, was gefehlt worden ist, langsam aber sicher wieder ausgeglichen, wie eine Wunde, die, rein gehalten, zu heilen beginnt. Achten Sie darauf, dass jede weitere Verunreinigung Ihrer jugendlichen Seele so weit wie möglich verhindert wird, und Sie werden sehen, wie hervorragend alles wieder heilt und regeneriert. Wenn eine kleine Narbe zurückbleibt, soll Sie diese nicht hindern, vielmehr stets daran erinnern, wie es früher um sie stand, um sie vor Rückfällen zu schützen. Ich weiss schon, dass es nicht damit getan ist, wenn Eltern ihre Kinder einfach dem zwingenden Einfluss von Schule und Kirche preisgeben. Es wird damit nur einer äusseren Form Rechnung getragen. Durch das Erfüllen dieser konventionellen Pflicht

geht jedoch vielfach der inwendige Mensch zugrunde. Bei Ihnen ist es eben auch so gewesen und gerade das müssen Sie ändern.

Was die Schule anbetrifft, möchte ich Ihnen sagen, dass die Bildung nicht von dem Quantum des Wissens abhängt, das in die Gehirne der Lernenden eingepfropft wird. Was ich Ihnen aber betreffs der Kirche sagen möchte, ist, dass das Christentum nach meiner Ueberzeugung das Schönste, und Idealste ist, was es gibt. Keine menschlichen Theorien und Philosophien können in bezug auf das Göttliche, in bezug auf das Ethische und Erzieherische irgendwie mit dem Christentum verglichen werden. Ich muss Ihnen aber auch sagen, dass man vielfach wahres Christentum mit der Religion verwechselt, und doch sollte man diese beiden wichtigen Begriffe streng auseinander halten, denn Religion kann sehr wohl eine böse Verderberin der Seele sein, da sie sich damit zufrieden gibt, eine äussere Form zu pflegen und somit einem Schein- und Formenwesen zu dienen. Dadurch unterscheidet sie sich von der Forderung wahren Christentums, das die Kraft der Gottseligkeit bejaht, während Religion nur die Form der Gottseligkeit pflegt, deren Kraft aber verleugnet. So wenigstens wird sie von Paulus, jenem tatkräftigen Apostel definiert. Die Kraft der Gottseligkeit liegt demnach nicht in äusserer Form, sondern ist eine Angelegenheit, die nur in der Tiefe der menschlichen Seele verankert sein kann. Lassen Sie sich also durch die Fehler, die Ihre Eltern begangen haben, durch den Mangel, den Sie in der Erziehung, die Sie erhalten haben, empfinden, nicht davon abhalten, die wirklichen Ideale des Christentums wahrzunehmen. Sie haben recht, wenn Sie sagen, dass für den Mangel geistiger Werte keine Naturmittel gegeben werden können. Das Seelische muss natürlich von der seelischen Perspektive aus behandelt, geheilt und regeneriert werden.

Das Körperliche wirkt aber nicht unwesentlich auf das Seelische, weshalb man sich gegenseitig im Wechsel hilft, wenn man sowohl das eine, als auch das andere beachtet. Wenn Sie also den Körper stärken, die Nerven regenerieren, dann werden Sie auch in Ihrem Bestreben, das Seelische wieder klar zu bringen, eine Hilfe erhalten, auch vom Körperlichen aus.

In der Ernährung sollten Sie sich so natürlich als möglich einstellen. Wenn Sie die Prinzipien, die ich in den «Gesundheits-Nachrichten» veröffentlichte, verwirklichen, dann werden Sie bestimmt gute Fortschritte machen. Geben Sie mir gelegentlich Bescheid, damit ich Ihnen von Fall zu Fall immer wieder helfen kann.»

Diese Darlegung nun mag jenen helfen, denen die Probleme des Lebens Schwierigkeiten bereiten. Dass dies auch Erzieher angeht, beweisen mir manch interessante Zuschriften, die ich aus dem Kreis von Lehrern, von Predigern und Pfarrern erhalte. Da unter dem Deckmantel von Frömmigkeit viel Verkehrtes geschieht, ist Einsicht nur von Gutem, denn, wie bereits erwähnt, hat wahres Christentum in keiner Form etwas mit Schein und Täuschung zu tun.

Interessant mag für manchen Leser das Urteil des bekannten katholischen Professors, *Dr. Johannes Ude* über meine Broschüre sein. Er schrieb mir am 15. Juni 1948 wie folgt:

Mit grösstem Interesse habe ich soeben Ihre Broschüre über «Harmonisches und unharmonisches Geschlechtsleben», sowie über «Liebe und Leidenschaft» zur Kenntnis genommen. Sie haben namentlich das erste Thema in ungemein ansprechender, in zarter und doch allgemein verständlicher Weise behandelt. Ich möchte wünschen, dass Ihre Ausführungen weithin ins Volk verbreitet werden möchten. Möchte wenigstens jeder Erzieher, jeder Vater und jede Mutter, möchten namentlich auch unsere Priester Ihre Ausführungen lesen und beherzigen. Es würde viel Unheil den jungen Leuten erspart werden können. Ich selber habe als Erzieher ungefähr im Sinne Ihrer Ausführungen dieses Thema behandelt.

Ebenso habe ich mit grösstem Interesse Ihre «Gesundheits-Nachrichten» durchgesehen, da ich selber Anhänger der Naturheilkunde und ständig in diesem Sinn hier in meinem Wirkungskreise tätig bin. Schade ist nur, dass die Beschaffung von Devisen es uns armen Oesterreichern fast unmög-

lich macht, Literatur aus der Schweiz zu beziehen. Wenn die Devisenschwierigkeiten nicht wären, würde ich z. B. sehr gerne etwa 60 bis 70 Stück Ihrer «Gesundheits-Nachrichten» am Schlusse des Jahres in Form von einer Broschüre, zusammengeheftet, für verschiedene Familien hier bestellen. Damit könnte man ungemein viel Gutes unter der hiesigen Bevölkerung schaffen.

Gerne wäre ich bereit, so weit es meine Zeit gestattet, an Ihrer Zeitung mitzuarbeiten. Besonders gefreut hat es mich, dass Sie in Ihrem zweiten Aufsatz in Ihrer Broschüre bei der Behandlung von «Liebe und Leidenschaft» auch dem Alkohol- und Nikotinlaster zu Leibe gerückt sind.

Auch in der Schweiz habe ich mit dem *Professor eines katholischen Priesterseminars* über Erziehungs- und Aufklärungsfragen gesprochen und habe sehr viel Verständnis gefunden. Es ist dies allerdings nicht allgemein so. Zum Glück aber gibt es da und dort noch einsichtige, tiefblickende und verständnisvolle Menschen, die den Tatsachen ins Auge schauen, selbst wenn es von andern massgebenden Kreisen her anders tönt. Das Urteil des erwähnten Professors nach Durchsicht der Broschüre lautet wie folgt:

«Die Broschüre mit Ihren beiden Vorträgen habe ich erhalten und danke Ihnen von Herzen. Den ersten Vortrag habe ich mit grossem Interesse und ebenso grossem Gefallen gelesen. Ihre Art, die Dinge darzulegen, scheint mir recht vorteilhaft zu sein. Wenn meine Arbeit es mir gestattet, in Ruhe den zweiten Vortrag zu lesen, werde ich es tun. Es freut mich, mit Ihnen bekannt geworden zu sein und hoffe, dass es vielleicht wieder einmal eine Gelegenheit gibt, bei Ihnen vorzusprechen.»

So schreibt ein Erzieher, der andere Erzieher unterweist, und es ist gut, wenn in erzieherischen Kreisen Einsicht einkehrt. Auch Lehrer und Lehrerinnen haben mir zustimmend geschrieben, und es ist erfreulich, wenn es bei Eltern und Erziehern tagt, so dass man den Mut bekommt, gegen alte Traditionen Stellung zu nehmen und der Jugend offen und klar in einer schönen, gediegenen Form das zu sagen, was sie wissen muss, was sie wissen darf und was sie wissen sollte, um gegen die Unbilden des Lebens erfolgreich ankämpfen zu können. Auch Mütter sind dankbar für die hilfreichen Hinweise. So wünscht eine Mutter, dass die Broschüre in jedes Schweizerhaus getragen werden möchte, damit sie jeder Familie zugänglich gemacht würde, da selbst ein wenig Einsicht schon viel Leid zu verhindern vermag.

Wie bereits schon erwähnt, enthält die Broschüre zwei Vorträge, erstens über «Harmonisches und unharmonisches Geschlechtsleben» und zweitens den interessanten Vortrag über «Liebe und Leidenschaft». Der zweite Vortrag ist auf den ersten aufgebaut und verschafft eine weitere Klarheit über die vielfach verwechselten Prinzipien von Liebe und Leidenschaft.

Der Inhalt der gesamten Broschüre ermöglicht es dem Erwachsenen, sich über grundlegende Lebensfragen klar zu werden, um dem eignen Leben eine entscheidende Wendung geben zu können. Sie erleichtert es auch dem Erzieher, seine Pflicht dem Kinde und der heranwachsenden Jugend gegenüber in richtigem Sinn zu erfüllen. Wer daher in der Lage ist, sie unter Bekannten weiter zu verbreiten, wird manchem einen nicht zu unterschätzenden Dienst erweisen.

Urinalysen

Des öfters erhalte ich Anfragen, ob man rheumatische Schmerzen und Geschwulstbildungen auch aus den Urinalysen erkennen könne, was ich verneinen muss. Wird die Harnsäure nicht richtig ausgeschieden, dann kann man allerdings aus dem Urin erkennen, ob auch die Niere nicht gut arbeitet. Eine sogenannte Rückstauung oder Retention der Urate, der harnsauren Stoffe und Stoffwechselschlacken kann aus dem Urin festgestellt werden. Diese Feststellungen nun sind das Wichtige, denn dadurch kann man dem Grundübel abhelfen. Ob sich diese Stauung nun in Form von Rheuma, in Form von Gicht, in Form von Ischias oder Hexenschuss auswirkt, das kann man nicht sagen. Die Auswirkung kann auf verschiedene Art und Weise vor sich gehen. Wichtig ist aber, dass man die Ur-

sache erkennt, und wenn man diese behebt, wird auch die Auswirkung zum Verschwinden gebracht.

Bei Geschwulsten ist es wie folgt: Man kann aus dem Urin nicht sehen, ob eine Geschwulst vorhanden ist. Es kann ein Tumor, ein Karzinom da sein, es können aber auch harmlose Geschwulste sein, was aber aus dem Urin nicht sichtbar ist. Bestehen im Unterleib Geschwulst- oder Geschwürbildungen, dann sind sie aus dem Urin nur dann sichtbar, wenn bereits irgend ein Ausfluss vorhanden ist, so dass Blutspuren oder Sekrete in den Urin kommen. Ist irgend eine Geschwulstbildung schön geschlossen, dann kann sie im Urin nicht festgestellt werden. Auch bei einer Geschwulst, die sich bereits in einer Zerfallserscheinung befindet und gewisse Stoffe ins Blut abgibt, können im Urinbefund gewisse Anhaltspunkte gefunden werden.

Wohl kann man sehr viel aus dem Urin entnehmen. Man kann Leberfunktionsstörungen, wie auch Verdauungsstörungen gut feststellen. Ebenso können Nierenstörungen erkannt werden, wenn Zylinder, Zylindroide und Nierenepithelien im Sediment gefunden werden und ebenso Eiweiss ausgeschieden wird.

Ein hohes, spezifisches Gewicht zeigt, dass der Urin zu konzentriert ist, und die Niere quantitativ zu wenig ausscheidet. Auch in bezug auf Rachitis und Leiden der Atmungsorgane kann man gewisse Schlüsse ziehen, denn ich habe erfahren, dass fast alle diesbezüglichen Kranken ziemlich viel Kalk ausscheiden und zwar sowohl an Phosphorsäure, wie auch an Oxalsäure gebunden. Je mehr phosphorsaurer Kalk weggeht, umdesto weniger widerstandsfähig ist der Körper gegen diese Infektionskrankheiten. Wird ein solcher Befund festgestellt, dann ist es notwendig, dass man biologischen Kalk, wie auch Kieselsäure in Form von Galeopsidis, von Zinnkrauttee oder irgend etwas ähnlichem einnimmt, damit nebst Kalk genügend Kieselsäure in den Körper kommt. Zugleich muss man auch für genügend Vitamin D besorgt sein, denn die erwähnten Leiden können ohne genügend Kalk und Vitamin D nicht gut geheilt werden. Lebertran, Orangensaft, Orangenkonzentrat, und wie die diesbezüglichen Präparate alle heissen, bilden hiezu eine wesentliche Unterstützung, um die Voraussetzungen wieder günstiger zu gestalten.

Auch eine Unterfunktion der Bauchspeicheldrüse kann ohne weiteres festgestellt werden. Wenn viel Indol, Skatol, Indikan und all diese verschiedenen Giftstoffe, die in Folge von einem Fäulnisprozess in Erscheinung treten, vorhanden sind, dann ist es notwendig, dass man Leber und Bauchspeicheldrüse in Ordnung bringt, damit ein normaler Verdauungsprozess an Stelle eines Fäulnis- und Zeretzungsprozesses erwirkt werden kann.

Auch Mikroorganismen, wie Colibakterien können gut festgestellt werden. Diese reizen immer wieder die Harnorgane.

Die Unterleibsleiden der Frauen, Weissfluss und dergleichen mehr, können im Urin sehr gut gefunden werden, denn es gehen immer wieder diesbezügliche Stoffe weg, seien es nun weisse oder vielfach auch rote Blutkörperchen. Je nachdem noch ein Entzündungsprozess da ist, hat es viel rote Blutkörperchen, und dann muss beobachtet werden, ob nicht irgend noch eine Geschwulstbildung vorhanden ist. Wenn die Blutungen immer wieder zwischen den Perioden in Erscheinung treten, dann ist es notwendig, dass sich eine Frau einer gründlichen Untersuchung unterzieht, damit beizeiten eine eventuell vorhandene Geschwulst beobachtet werden kann, denn diese blutenden Geschwulste sind in der Regel nicht harmloser Natur.

Es wäre überhaupt gut, wenn jeder Mensch einmal jährlich eine genaue, exakte Urinalyse machen liesse. Man kann dadurch eine Krankheit so leicht feststellen, bevor sie in irgend ein schlimmes Stadium übergegangen ist.

Jeder, der den Urin zur Untersuchung übergibt, sollte darauf achten, dass zu einer grossen Urinuntersuchung unbedingt 2 dl. Urin nötig sind. Wenn immer möglich sollte es Morgenurin sein, und das Fläschchen, das man verwendet, muss gut gereinigt sein. Die Adresse muss gut