

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

**Artikel:** Urinanalysen  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-554561>

### **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:** 25.12.2025

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



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.

## Urinanalysen

Des öfters erhalte ich Anfragen, ob man rheumatische Schmerzen und Geschwulstbildungen auch aus den Urinanalysen 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 Zersetzungsprozesses 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 Urinanalyse 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



leserlich sein und vor allem sollte das Geschlecht und Alter niemals fehlen, denn es ist für die genaue Beurteilung der Analyse wichtig zu wissen, ob jung oder alt, Mann oder Frau. Wenn der Urin z. B. Vaginalepithelien enthält, dann weiss man, dass es sich um eine Frau handelt. Wenn sich dagegen Prostatakörperchen und verschiedene andere typische Faktoren vorfinden, dann wird der Urin von einem Manne stammen. Sind solche Befunde aber nicht zu finden, dann kann man auch im Urin das Geschlecht nicht feststellen.

Die Angabe des Alters ist wichtig, weil der Befund beim kleinen Kinde nicht gleich bewertet werden kann, wie beim Erwachsenen, ebenso wird die Beurteilung bei einem 13 Jährigen anders lauten als bei einem Patienten von 60 bis 70 Jahren. Es ist infolgedessen also nur zum Nutzen des Patienten, wenn die Angaben genau beachtet werden.

Viele Leute haben Freude, gar nichts über ihre Krankheiten zu erwähnen, damit solche lediglich aus dem Urin festgestellt werden sollen. Dies mag für den Patienten recht interessant sein, während für den Untersuchenden gewisse Anhaltspunkte gleichwohl wichtig sind, da er gewisse Merkmale, wenn er sie kennt, noch genauer kontrollieren kann. Auch die ungefähre Angabe der Tagesmenge des Urins ist sehr vorteilhaft. Ebenso sollte erwähnt werden, ob Verstopfung oder Durchfall besteht. Auch Infektionskrankheiten sollten angegeben werden, wenn sie im Moment bestehen oder aber vor kurzem bestanden haben. All diese Angaben sind wichtig, da sich der Urin jeweils dementsprechend verändert und die Schlussfolgerungen dann unter Umständen nicht so scharf gezogen werden können. Es braucht natürlich eine gewisse Routine, um aus dem Urin genügend herauslesen zu können. Man kann allerdings auch sagen, der Urin verändere sich je nach der Nahrung und der Lebensweise. Das ist richtig, aber trotzdem können gewisse Schlussfolgerungen gezogen werden, wenn man Erfahrung und eine gewisse Elastizität in der Beurteilung besitzt, so dass man die Grundeiden immer feststellen kann. Es ist bedauerlich, dass viele Schulmediziner der Urin-Analyse zu wenig Bedeutung beimessen. Auch in den Spitälern wird diesbezüglich vielfach zu wenig gründlich gearbeitet.

Schöne Schlussfolgerungen können auch in bezug auf Nervenleiden gezogen werden. Viele Menschen sind nervös, es fehlt aber an der Leber, während sie glauben, es handle sich um die Nerven, weil die Leber, wenn sie nicht gut arbeitet und immer wieder Gallenfarbstoffe in den Blutkreislauf wirft, eine eigenartige Gereiztheit und Nervosität hervorruft. Sind es nur die Nerven, dann gehen immer vermehrte Phosphate weg. Je schlechter das Nervensystem selbst ist, umdesto mehr gehen solche Stoffe weg bis zu einer richtigen Phosphaturie. Nicht umsonst besteht das Sprichwort: «Ohne Phosphor kein Gedanke». Für die ganzen Funktionen des Nervensystems und des Gehirns ist Phosphor nötig. Geht daher zuviel weg, dann können diesbezügliche Nachteile und Unterfunktionen in Erscheinung treten.

All diese Punkte können, wenn man den Urin von Zeit zu Zeit genau kontrolliert, berücksichtigt und behoben werden, bevor es zu eigentlichen chronischen Leiden führt. Die Urinanalyse ist daher diagnostisch von sehr grossem Werte.

## Schlaflosigkeit

Es ist grundfalsch, wenn man bei Schlaflosigkeit zu irgend einem Betäubungsmittel greift. Man sollte unbedingt die Grundursachen beseitigen. Wohl sind vielfach die Nerven schuld daran und wenn dem so ist, dann werden die guten, homöopathischen Nervenmittel Acid. phos. D 4 und Acid. picr. D 6, wie auch Avena sativa gute Dienste leisten.

Es gibt aber sehr viel Fälle von Schlaflosigkeit, bei denen die Lebertätigkeit nicht in Ordnung ist, und ich habe in letzter Zeit öfters die Erfahrung gemacht, dass Patienten wieder hervorragend schlafen konnten, nach-

dem sie die einfachen Lebermittel Chelidonium D 2 und Podophyllum D 3 eingenommen haben. Auch Taraxacum, also Löwenzahn, sowie Biocarottin, der eingedickte Carotensaft wirken ausgezeichnet bei Leberstörung. Die ursächliche Behandlung der Schlaflosigkeit ist wie bei allen andern Krankheiten unter allen Umständen immer das Gegebene. Man sollte also nicht so schnell den Mut verlieren, wenn bei Schlaflosigkeit ein natürliches Nervenstärkungsmittel versagt. Bringt auch die sonst so bewährte Tiefatmungsgymnastik den gewünschten Erfolg nicht ein, dann sollte man unbedingt durch eine Urinanalyse feststellen lassen, ob die Leber nicht in Ordnung ist. Wenn dem so ist, dann wird man durch gute Lebermittel die Schädigung, die die Schlaflosigkeit verursachte, beheben können und der gewünschte und seit Jahren gesuchte Erfolg wird auf diese Art und Weise erzielt werden können.

Dies mag nachfolgender Vermerk, den eine Patientin nach Einnahme der Lebermittel mitteilt, kurz bestätigen. Sie schreibt wie folgt:

«Kann Ihnen berichten, dass mir die Mittel gute Dienste leisten ... Kann nachts auch wieder besser schlafen. Bin ganz glücklich, dass Sie mir noch helfen können.»

Frl. A. L. aus W.

Es ist dies nur ein kleiner Hinweis, doch bestätigt er neben vielen andern, die immer wieder eingehen, dass, wie bereits erwähnt, auch bei Schlaflosigkeit die ursächliche Behandlung zum gewünschten Erfolge führen kann.

## Unfreiwillige Kneippkuren

Es war dieses Jahr bei dem unbeständigen Wetter keine sonderliche Ueberraschung, wenn man mitten beim schönsten Kräutersammeln von Nebel oder Regen überrascht wurde. Auch Beerensucher und andere Bergsteiger werden sich an solch nasse Grösse gewohnt haben.

Wie unbehaglich ist es, wenn plötzlich die steigenden Nebel den blauen Himmel verdecken, wenn statt warmem Sonnenschein eine rieselnde Feuchtigkeit alles in ungemütliches Nass eintaucht. Noch immer ist man zwar umgeben von bunten Farben manigfacher Kräuter, deren Blüten uns trotz Nebel und Regen winkend locken. Alpenrosen grüssen, Aconitum, grüner Germer, Enzian und all die manigfaltigen Heilpflanzen und Alpenblumen leuchten uns nach wie vor freundlich entgegen. Allmählich setzt ein gleichmässiger, feiner Regen ein, und wir könnten eigentlich den Heimweg antreten, denn das nasse Gras ist kalt und schwer und unsre Schuhe können sich mit der Zeit nicht mehr vor der eindringenden Nässe wehren. «Glucks, glucks, glucks,» seufzen sie bei jedem Schritt, denn das aufgestapelte Wasser umspült förmlich die Füsse. Auch die Beine werden nass und nasser und wer, um sich warm zu halten, Strümpfe angezogen hat, hat nun einen regulären, eng anliegenden Kneippverband um seine Beine und Füsse geschlungen und kann somit eine unfreiwillige Kneippkur durchmachen. Soll man also rasch heimzu oder soll man es wagen zu bleiben? Ist es nicht trotz Regen, Nässe und Kälte schön, mitten in der geliebten, kräuterreichen Bergwelt verloren? In einer Einsamkeit, die für gewisse Zeit die Hast des Lebens vergessen lässt? Sollen wir uns wirklich losreissen, um wieder ein anderes Mal zu kommen, wenn blauer Himmel und Sonnenschein erstrahlen? Nein, es fällt uns gar nicht ein, grosse Bedenken zu pflegen. Wir bleiben, indem wir uns eifrig nach unsern Blüten bücken. Die Erlenstauden schützen ihre Nässe auf uns hernieder, wenn wir an ihnen vorbeigehen. Was kümmert es uns, sind wir doch bereits schon nass! Ein wenig halten uns unsre Windjacken trocken, und bei der andauernden Bewegung bekommen wir nicht kalt und können uns daher nicht erkälten. Nicht vergebens sind wir weit in die Berge hineingefahren, nicht vergebens sind wir gelaufen, um unsre Kräuterplätze aufzusuchen, so ohne weiteres, ohne eine reichliche Ernte lassen wir uns nicht vertreiben. Wenn man so mitten drin in grauem Nebel steht, umgeben von bunter Farbenfreude, dann holt eben das Herz seinen aufgestapelten Sonnen-