

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 6 (1948-1949)  
**Heft:** 10

**Rubrik:** Interessante Berichte aus dem Leserkreis

### **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>**

Streit geraten, da das Vergleichen nur dann gut ist, wenn man des andern Vorzüge gelten lässt. Wie leicht könnte ich mich brüsten und mir einbilden, dass meine Blätter die schönern und stärkern sind als die euern, aber es fällt mir schon gar nicht ein, so engherzig zu sein, hab ich doch alles, was ich besitze, empfangen, und es mir nicht selbst erworben. Darum lasst uns zufrieden sein, denn ein jedes muss mit dem dienen, was ihm angehört.» Sie liessen sich die Mahnung wohl gefallen, die der Weissdornbusch erteilte, denn der Friede war ihnen wertvoller, erfüllte er sie doch mit stillem Glück, die der Ehrgeiz nie zustande bringt.

## Fragen und Antworten

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

### Erfolgreiche Anwendung guter Ratschläge

Manch gute Ratschläge sind vergebens erteilt, wenn die nötige Einsicht und Ueberzeugung fehlt. Doppelt erfreulich ist es dann, wenn Berichte eingehen, die beweisen, dass vielerorts das richtige Verständnis auch zu gutem Erfolge führt. Eine frühere Krankenschwester hat sich zweier kranker Knaben angenommen, die an einer unangenehmen Erscheinung, nämlich an einem epidemischen Erbrechen litten. Nach eingeholtem Rat führte sie gewissenhaft und verständnisvoll die notwendige Kur durch und schon nach 10 Tagen konnte sie die Kinder der glücklichen Mutter wieder als geheilt übergeben. Den ganzen Verlauf der Krankheitsgeschichte schilderte sie am 9. Mai 1949 und da der Bericht sehr anspornend zu wirken vermag, möchten wir ihn unsern Lesern nicht vorenthalten. Frau J. aus L. schrieb damals wie folgt:

«Endlich komme ich dazu, Ihnen einmal etwas zu berichten über den erfreulichen Verlauf der Krankheit der beiden kleinen Knaben mit epidemischem Erbrechen. Dass es epidemisch war, zeigt der Umstand, dass der Zweijährige und der Kleinerer, der erst neun Monate alt ist, nicht die gleiche Ernährung hatten. Es war schrecklich mitanzusehen, wie der Zweijährige Galle erbrechen musste und rapid abmagerte. Der Kleinerer kannte niemanden mehr und es war wirklich so, dass die Mutter fürchtete, sie bringe die Kinder nicht davon. Da die Schwestern in den Spitälern immer zu sehr überlastet sind, hatte die Mutter keine Lust, die beiden Knaben in solch elendem Zustand dorthinzugeben. Ich konnte sie dann zu mir nehmen und sie nach Ihren guten Ratschlägen pflegen. Ganzpackung, Wickel, Ernährung durch den Darm mit Nierentee und Solidago, auch Traubenzucker, dann Tee von Löwenzahn liessen ihre Mäglein zur Ruhe kommen und zugleich die Krankheit auf den Höhepunkt bringen und die Schlacken verbrennen. Als ich versuchte nach ca. zweitägiger Ernährung durch den Darm, ob wieder etwas von oben herab Gegebenes bleibe, bekamen sie teelöffelchenweise Rüebliisaf, ebenso Nierentee mit Solidago, Löwenzahntee, Lachesis D 10, Aconitum D 4 und Belladonna D 4, alles im Wechsel, ca. jede Viertelstunde die vorgeschriebenen Tropfen in ein Teelöffel voll Wasser. Bis zur genügenden Flüssigkeitsaufnahme von oben bekamen sie immer noch Ergänzung mit genannten Flüssigkeiten durch den Darm. — Aber schon nach 5 Tagen war die Krankheit so zu sagen verschwunden, auch die erhöhte Temperatur und der wunderbar rasche Aufbau begann. Nach 10 Tagen nach Beginn der ersten Krankheitserscheinung waren die beiden Kinder wieder daheim, besser in der gesamten Gesundheit als vorher, und die Mutter freut sich täglich über den guten Appetit, die Gewichtszunahme und Fröhlichkeit der beiden Kinder in so kurzer Zeit. Für die ganze Nachbarschaft kann der Vorgang ein deutlicher Beweis für die Zuverlässigkeit der Naturheilmethoden geworden sein. — Von Herzen danken wir Ihnen für Ihre bereitwillige Auskunft. Was dies für die betreffenden Angehörigen bedeutet, können sie kaum ermessen...»

Schon zu Grossmutter's Zeit galt das Sprichwort: «Kleine Kinder können rasch erkranken, aber ebenso rasch auch wieder gesund.» Dies unter der Bedingung, dass man rasch mit den naturgemässen Mitteln und Anwendungen eingreift. Dass dem so ist, beweist gewiss obiger Bericht zur Genüge.

### Zur Frage der Aufklärung

Trotz der weit grössern Gefahr, der unsere heutige Jugend ausgesetzt ist, gibt es doch immer noch Eltern, die es nicht verstehen, ihre Kinder hilfreich aufzuklären. Zugegeben, es ist dies ein heikles Problem, denn nicht alle Kinder haben ein natürliches Verständnis, manche sind verschlossen und empfindlich und es mag nicht immer nur an den Eltern liegen, wenn sie den Schlüssel zum Herzen der Jugend nicht zu finden vermögen. Mannigfaltig sind die Eindrücke, die diese vom Leben in sich birgt und ein Bericht von vielen möchte illustrieren wie gut es ist, wenn Kinder in ihre Eltern volles Vertrauen haben können. So schrieb am 20. Juni 1949 Fr. M. aus W. unter anderm wie folgt:

«Von Ihrem Büchlein «Harmonisches und unharmonisches Geschlechtsleben» bin ich sehr angenehm berührt. Sie wagen es, ein heikles Problem von der richtigen Seite her zu beleuchten. Es ist leider nur zu wahr, dass die Eltern nicht wagen, sich mit den heranwachsenden Kindern über dieses Thema zu äussern und es lieber andern überlassen, wodurch die Gefahr besteht, dass alles, was von Gott aus gerade und einfach ist, in den Schmutz gezogen wird. Woher nehmen die Leute den Mut zu leben, wenn sie alles als schlecht empfinden?»

Die Antwort lautete unter anderm wie folgt: «Es ist wirklich so, wie Sie schreiben. Viele Eltern haben den Mut, die Kinder dem Schicksal und dem Zufall zu überlassen, bringen aber den Mut nicht auf, die Kinder richtig aufzuklären und ihnen alles so zu sagen und zu erklären, wie es in Wirklichkeit ist. Man hat so wieso durch die Last der Vererbungen schwer genug zu tragen, und es ist für jeden Menschen notwendig, auch für den Aufgeklärten, sich zurück zu finden zu den reinen Prinzipien des Ursprungs. Es wird dieser Kampf keinem Menschen erspart bleiben. Je tiefer er durch die Verhältnisse hinunter gestossen worden ist, umdesto grösser ist der Kampf, bis er sich wieder zu einer reinen, klaren Perspektive heraufgearbeitet hat. Der Schöpfer hat bestimmt nichts Unreines und Unschönes geschaffen. Alles Unsaubere und Ekelhafte kommt von teuflischen Prinzipien, denen der Mensch gefolgt ist, statt sich nach den reinen, göttlichen Voraussetzungen zu richten. Gerade diese Erkenntnis führte zu der Veranlassung über dieses Thema offen und frei zu sprechen und zu schreiben. Möge dadurch manchem die Möglichkeit geboten sein, sich geistig in eine befreiende, geradlinige Sphäre Jugend her hemmend anhaften kann, überwunden werde. In der Jugend her hemmend anhaften kann, überwunden werde. In der Regel sind auch unsere Eltern nicht voll verantwortlich zu machen für ihre Verschlossenheit uns gegenüber, da es ihnen selbst genau gleich ergangen ist. Es braucht einen gewissen Anlauf, um alte, eingefressene Sitten, Gebräuche und Anschauungen zu liquidieren und neue und bessere Ansichten an ihre Stelle zu setzen. Man darf eigentlich nicht sagen neue, sondern die uralten, biblischen Prinzipien wieder zurecht kommen zu lassen.» — Es ergeht einem bei dem Problem der Aufklärung, wie bei demjenigen der Erziehung, denn man weiss, wie schon Goethe erwähnte, bei beiden nicht recht, wo man nun beginnen soll, bei den Eltern oder den Kindern. Es wird daher gut sein, sich gegenseitig behilflich zu sein, statt sich zu verschliessen und zu grollen.

## Interessante Berichte aus dem Leserkreis

### Verzögerte Geburt

Dass bei einer verzögerten Geburt die Naturheilmethoden nicht verlegen ist, sondern wirkungsvolle, unschädliche Mittel besitzt, beweist folgender Bericht. Am 9. August 1949 schrieb Frau S. aus B. unter anderm:

«Gleichzeitig möchte ich Ihnen noch für viele gute Ratschläge, die Sie mir gegeben haben, meinen herzlichsten Dank aussprechen. Die erste Hilfe durfte ich bei der Geburt meines ersten Kindleins erfahren. Nachdem der ausgerechnete Geburtstermin bereits 14 Tage überschritten war und die Sache nicht vorwärts ging, erhielt ich von Ihnen die Calcium-Tabletten, die Tropfen Komplex 45 a, die arabische Pflanzenessenz und den Hypericum-Komplex. Unsere Freude war gross, als in vier Tagen ein strammes «Meiteli» anrückte. Die Geburt selbst ging rasch und verhältnismässig recht gut vorüber.»

Es ist bestimmt erfreulich, wenn durch einfache Naturmittel auch in schwierigen Lagen ein normaler Verlauf eingeleitet werden kann.

## Zum Ansporn für Fettleibige

Der Artikel über die Säftekur hat vielerorts Anklang und Nachahmung gefunden. Zum Ansporn für die Zaghaften möchte folgender Bericht dienen, den eine Patientin am 23. August 1949 einsandte:

*«Ich möchte auch danken für die Mitteilung im vorletzten Heft über die Säftekur. Während der Ferien von Mann und Sohn machte ich Gebrauch davon, schaltete Kochferien ein, lebte von Joghurt, Gemüse- und andern Säften. — Es war ideal, meine Verdauung besser, mein Gewicht in 14 Tagen um 2,5 Kilo leichter, ein erfreulicher Zustand. Nur wenn der Körper vom eigenen Fett zehren muss, hat man Erfolg, das Gewicht zu verringern.»*  
Frau J. T. aus B.

Wie einfach ist solch eine Abmagerungskur, wenn man sie konsequent durchführt. Sie beweist, dass schon eine einfache Säfte-Diät die Organe zu richtiger Funktion anregt. Richtig angewandt, wird sie manchem Leidenden zur Besserung behilflich sein.

## Milchschorfbehandlung

Mütter, deren Kinder an Milchschorf leiden, sind oft sehr geplagt. Nicht nur ist ihre Mühe sehr oft vergebens, auch der Anblick ihres kranken Kindes, dem sie nicht genügend helfen können, bereitet ihnen viel Kummer. Nun reicht aber ein einfaches Pflänzchen, das Stiefmütterchen oder *Viola tricolor* oft erstaunlich rasche Hilfe dar, was zwei nachfolgende Berichte zur Ermunterung mancher besorgten Mutter bestätigen möchten. Frau E. aus G. schrieb am 22. Juli 1949:

*«Die Tropfen Viola tricolor gegen den Milchschorf haben eine überraschend prompte Wirkung gezeigt, denn jeden Tag verschwand der Schorf mehr und mehr und innerhalb einer Woche war er ganz verschwunden. Dazu muss ich freilich noch bemerken, dass der Schorf im Anfangsstadium war, jedoch täglich mehr zutage trat.»*

Wie angenehm für eine Mutter, wenn sie gleich das richtige Mittel von Anfang an anwenden kann, denn der Erfolg ist dadurch viel eher gewährleistet.

Der zweite Bericht von Frau S. aus B. vom 9. August 1949 lautete folgendermassen:

*«Die Stiefmütterchentropfen haben an dem Buben meiner Freundin ein wahres Wunder vollbracht. Das Büblein litt sehr bald nach der Geburt an Milchschorf und Hautausschlägen. Ich habe ihr dann diese Tropfen überlassen mit der Bitte, es doch einmal zu versuchen. Anfangs war sie sehr skeptisch, aber nach etwa 14 Tagen kam ein begeisterter Telefonanruf von ihr, dass der Milchschorf ganz verschwunden sei. Sie war überglücklich.»*

Es mag sein, dass das Mittel nicht durchwegs so prompt hilft, doch wird es zusammen mit andern Anwendungen und Vorsichtsmassregeln gewiss stets eine unterstützende Wirkung aufweisen können.

## Wichtige Mitteilungen

## Behebung chronischer Verstopfung durch Säftelasten

Die Anregungen, die in den «Gesundheits-Nachrichten» immer wieder gegeben werden, finden auch immer wieder erfolgreichen Widerhall. So berichtete eine Patientin, die unter hartnäckiger Verstopfung sehr zu leiden hatte, dass sie die Rohsaftkur aus der Juli-Nummer während 8 Tagen durchgeführt habe. Zuerst unterliess sie die notwendige Darmspülung nicht, sondern beachtete diese wichtige Vorbereitung gewissenhaft. Sie begann dann mit den Rohsäften, wie vorgeschrieben, um nachher langsam wieder zum Birchermüesli überzugehen, dann zu Brot, Nussa und Hagebuttenmark. Der Erfolg war, dass nun der Darm wieder ohne Mittel zu arbeiten vermag. — Wenn man den richtigen Uebergang von der Rohkost zur Saftdiät und von dieser wieder langsam zurück zur Rohkostnahrung beachtet, dann wird man auch wirklich einen erfreulichen Erfolg buchen können. Hat man diesen gefestigt, dann darf man allmählich wieder zur Normalnahrung zurückgehen, wenschon es vorteilhaft ist, das Errungene durch zweckdienliche Vorsicht in der Wahl der Nahrung und in deren Zusammenstellung zu beachten.

## Selbständige Zubereitung von Naturheilmitteln

Schon des öfters erschien in den «Gesundheits-Nachrichten» auch die Anregung, die Pflanzenmittel für den Hausbedarf selbst zuzubereiten. Diesem Hinweis nun ist eine Bauernfrau aus dem Bernbiet gefolgt. Sie hat sowohl *Solidago* (Goldrute), als auch *Johanniskraut* (*Hypericum*) zu Mitteln verarbeitet, die ihr nun nicht nur gute Dienste leisten, sondern auch ausgezeichnet zu wirken vermögen. — Nachahmung guter Ratschläge ist immer erfreulich und besonders rühmig scheinen hierin die Bewohner des Bernbietes zu sein. — Auch bezüglich Brennesselpräparaten, die die Mütter für ihre Kinder selbst zubereitet haben, sind recht gute Berichte eingegangen. Die Kinder haben durch deren Einnahme wieder rote Bäcklein bekommen und die Mütter hatten über den Erfolg eine doppelte Genugtuung, weil sie das Mittel selbst bereitet hatten. Man muss allerdings stets darauf achten, dass die Dosierung nie zu stark ist. Es ist weit günstiger mit der Mitteleinnahme längere Zeit fortzufahren, dafür aber schwächere Dosen zu verabfolgen, als durch zu starke Dosierung auch zu starke Reaktionen heraufzubeschwören.

Verantwortlicher Redaktor: A. Vogel, Teufen

## Vortrag in Luzern

von A. Vogel, Teufen

Donnerstag, den 20. Oktober 1949, abends 8.15 Uhr  
in der Musegg-Aula

Thema: Magen- und Darmleiden



Spurenelementreiches  
Boden-Aktivierungsmittel  
Ohne chemische Zusätze

hilft **Qualitäts-Nahrung** erzeugen!  
Gemüse, Beeren, Früchte werden ge-  
haltvoller, aromatischer, haltbarer.  
Vortreffliche biologische Kompost-  
Ergänzung.  
Prospekte und aktuelle Aufklärungs-  
schriften (ca. Fr. 1.—) durch:

**ROLF KOCH, Ebikon-Luzern 21**

Ein Versuch — heisst stets



erhältlich im Reformhaus, wo  
nicht, direkt von der Vertriebsstelle  
**J. von Tobel, Moosseedorf**

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