

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

**Rubrik:** Wichtige Mitteilungen

#### **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:** 13.01.2026

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

## 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 und 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 Stiefmüttertentropfen 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 begeisteter Telephonanruf 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 Säftefasten

Die Anregungen, die in den «Gesundheits-Nachrichten» immer wieder gegeben werden, finden auch immer wieder erfolgreichen Widerhall. So berichtete eine Patientin, die unter hartrückiger 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 Birchermuesli 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, wennschon es vorteilhaft ist, das Errungene durch zweckdienliche Vorsicht in der Wahl der Nahrung und in deren Zusammensetzung zu beachten.

## Selbständige Zubereitung von Naturheilmitteln

Schon des öfters erschien in den «Gesundheits-Nachrichten» auch die Anregung, die Pflanzenmittel für den Haushalt 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 rührig 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



hilft Qualitäts-Nahrung erzeugen!  
Gemüse, Beeren, Früchte werden gehaltvoller, aromatischer, haltbarer. Vortreffliche biologische Kompost-Ergänzung.  
Prospekte und aktuelle Aufklärungsschriften (ca. Fr. 1.—) durch:  
ROLF KOCH, Ebikon-Luzern 21

Ein Versuch — heisst stets



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