

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 7 (1949-1950)  
**Heft:** 7

**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:** 23.02.2026

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

gung zu ermöglichen, die er noch benötigt. Dieser Erfolg geht aus den Berichten von Fr. S. aus M. hervor. Sie schrieb vor einem Jahr über den Zustand ihres fünfjährigen Kindes folgende Merkmale. Bei jedem Luftzug war dieses dem Katarrh unterworfen, der 1—2 Tage dauerte, um dann auf die Brust überzugehen, gefolgt mit Erbrechen und häufigem Fieber. Die Mutter half sich in solchen Fällen immer mit Umschlägen von Antiphlogestin auf die Brust, wendete die grösste Sorgfalt auch in der Ernährung an, und dennoch konnte sie die Anfälligkeit nicht beheben. Sie erkundigte sich auch nach der Wirkung der künstlichen Höhensonnen, und da sie Gelegenheit hatte, im Winter mit ihren Kindern in die Höhe von 1100 m zu gehen, war wohl genügend Aussicht vorhanden, günstig auf die bestehende Schwäche einzuwirken. Zur Unterstützung wurden auch noch Mittel eingesetzt, die dem Kind schon zuvor, laut dem Bericht der Mutter, sehr gut getan hatten, so lange es solche zur Einnahme erhielt und zwar Calcium-Komplex, Galeopsis und ein Lebertranpräparat mit Orangensaft, um den Mangel an Vitamin D günstig zu beeinflussen und die Verarbeitung von Vitamin C zu ermöglichen. Auch Petasitis und Biocarottin, also Pestwurz und eingedicker Carottensaft, nebst rohem Rüebliasaft wurden eingesetzt. Die künstliche Höhensonne, die ja nur ein Ersatz für die natürliche bildet und nie den gleichen Wert aufzuweisen vermag, erübrigte sich durch den Aufenthalt in der Höhe, der allerdings, um die erwünschte Wirkung erreichen zu können, auf mehr als nur auf 1 Monat ausgedehnt werden sollte. Da dieser Aufenthalt aber erst im Januar erfolgen konnte und das Kind im Kindergarten immer wieder infiziert wurde, musste zur Behebung von Schnupfen auch noch Cepa, also Zwiebeltinktur, sowie Kali jod D 4 eingesetzt werden. Vor allem aber war es notwendig, durch eine Ponndorf-Behandlung die fehlenden Immunitätsstoffe zu schaffen. Zwar war der Vater des Kindes sehr ängstlich und befürchtete, die Anwendung könnte der Kleinen auf eine andere Art nicht gut tun oder die Reaktion wäre zu gross, dass sie solche nicht überstehen könnte. Als beruhigende Aufklärung erhielt die Mutter folgende Antwort:

«Ich begreife schon, dass Ihr Mann ängstlich ist. Man muss ja normalerweise bei allen Anwendungen bei denen es sich um chemische oder um giftige Stoffe handelt, ängstlich sein. Die Ponndorf-Behandlung ist aber eine harmlose Sache. Es kann kleine Reaktionen geben, aber ich habe in meiner langjährigen Praxis noch nie ein Risiko beobachtet, wiewohl ich schon sehr schwere Fälle mit dieser Anwendung behandelt habe. Ich glaube also, dass auch Sie solche ohne irgend welche Bedenken durchführen dürfen. Dass daraus die gefürchtete Situation entstehen könnte, kann ich mir gar nicht denken, denn wir wollen ja nur Immunitätsstoffe erwirken und nichts anderes. Es gibt ja, wie bereits darauf hingedeutet, keine starke Reaktion, die einen Gefahrenmoment darstellen würde...»

Die erwartete Reaktion äusserte sich denn so, dass das Kind jedesmal nach der Anwendung 1—2 Tage unaufhörlich niessen musste, ja, einmal zeigte sich sogar ganz wenig Blut. Trotzdem es beim Schlafen den Mund geschlossen hielt, röchelte es von Zeit zu Zeit immer wieder. Die Wirkung war also eine gründliche, verlangte aber gleichwohl eine nochmalaige Wiederholung. Auch durfte mit den Mitteln und dem Rüebliasaft keine Unterbrechung erfolgen und die Ernährung hatte vollständig natürlich zu sein. Interessant war nun, die Widerstandsfähigkeit des Kindes bei der ersten starken Erkältung zu beobachten. Diese erfolgte im Januar des Jahres, als die Mutter mit der Kleinen bereits in der Höhe weilte. Sie schrieb nun unter anderem folgende interessante Wahrnehmungen:

«Letzte Woche nun hatte zuerst Susis kleiner Bruder und nachher ich selbst einen heftigen Katarrh. Ich war innerlich sehr in Aengsten wegen Susi, dass es wieder hohes Fieber erhalten würde. Plötzlich bekam es Schnupfen, was ja nicht anders zu erwarten war, wenn die halbe Familie Katarrh hatte. Auch hustete sie ein paar Mal, aber mir fiel sofort auf, dass der Husten vom ersten Mal an löste und nicht wie früher so trocken war. Zugleich erhielt sie Ihren Hustensirup, Santasapina. Ich muss sagen, ich habe fast alle Hustensirupe probiert, doch die meisten nützten gar nichts. Die Wirkung der Anwendung war wunderbar, denn stellen Sie sich vor, einen ganzen Tag dauerte der Schnupfen an und am andern Tag war er fort, kein Fieber, als hier und da ein wenig Husten, und sofort atmete es nachts wieder ruhig, kein Röcheln und Kribbeln. Sie sehen sicher auch, wie wunderbar es geholfen hat! Ich schreibe Ihnen dies, damit Sie mir berichten können, wann ich die Ponndorf-Anwendung wiederholen soll. Kann ich warten bis anfangs Februar? Da wäre ich wieder zu Hause. Und muss ich die Anwendung nachher einfach von Zeit zu Zeit wiederholen oder genügen deren zwei?»

«Für Ihre Mühe und guten Rat danke ich Ihnen bestens und fast hätte ich vergessen, Ihnen zu sagen, dass die Kleine seit ca. 5 Wochen volle 2 kg zugenommen hat. Auch sieht sie glänzend aus. Ich wollte, Sie könnten sie jetzt sehen, und wie es letzten Herbst war. Alle Leuten fragen, was ich ihr gebe, und was ich tue, dass sie so glänzend aussieht. Darf ich von Ihnen noch Bericht erwarten? Ich wäre froh.»

Dieser nun lautete, wie folgt: «Es hat mich recht gefreut, dass die Ponndorf-Anwendungen nebst den Mitteln Susi so gut getan haben. Gut wäre es schon, die Ponndorf-Anwendung im Februar zu wiederholen. Wenn dann gar keine Katarrhe mehr kommen, braucht man ja dann auch keine weitere Behandlung vorzunehmen. Sollte sich aber später wieder eine Anfälligkeit zeigen, könnte man die Anwendung dann nochmals wiederholen, um Susi gegen Erkältungen so recht immun zu machen. Geben Sie dem Kinde von den Mitteln immer wieder eine Zeitlang Calcium-Komplex und Galeopsis ein, und vergessen Sie die rohen Rüebli und den rohen Rüebliasaft nie. Dass der Santasapinasirup ein vorzüglich wirkendes Mittel ist, ist mir bekannt, denn es geht diesbezüglich manche Bestätigung von erfreulichem Erfolge ein.»

Es ist bestimmt interessant durch diese Berichte zu beobachten, dass die erwünschte Wirkung der vorgenommenen Behandlung bereits schon anfangs des Höhenaufenthaltes festgestellt werden konnte. Der offensichtliche Erfolg der Ponndorf-Anwendung sollte daher nicht übersehen werden, denn schon vielen Kindern, ja selbst Erwachsenen ist durch diese einfache Methode grundlegend geholfen worden.

## Interessante Berichte aus dem Leserkreis

### Koständerung und ihre Wirkung bei der ältern Generation

Wie auch bei ältern Patienten eine Koständerung gute Wirkung zeitigen kann, zeigt nachfolgender Bericht von Frau C. aus Z.:

«Etwas ganz Gefreutes möchte ich Ihnen mitteilen. Meine Mutter hatte ein Unterleibsgeschwür und war sehr blutarm (28 Prozent), als ich sie vor 3 Jahren zum Arzt schickte. Ca. 1 Jahr war sie in Behandlung mit Bluttransfusionen, Eisenpills, roher Leber u. s. w. (45 Prozent). Nachher haben Sie, Herr Vogel, ihr einige Naturmittel geschickt. Zur gleichen Zeit stellte ich unsere Kost um. Viel rohe Salate und abends Birchermus, Obstkaffee, Vollkornbrot. Im Herbst 1948 gab die Blutprobe 60 Prozent und jetzt, wo sie das ganze Jahr kaum noch Mittel gebraucht hat, hatte sie 90 Prozent. Für unsern Hausarzt ist dies ein Rätsel, denn er glaubte, dass sie höchstens noch 1 Jahr lebe. Ich habe grosse Freude, dass es ihr so gut geht, und ich wollte es am liebsten allen Leuten sagen, was mit natürlicher Nahrung zu erreichen ist. Wir leben zwar nicht rein vegetarisch, aber doch zu 80 Prozent und fühlen uns alle wohl dabei. Ihnen Herr Vogel herzlichen Dank, denn Sie haben viel mitgeholfen, dass es so ist.»

Es ist wirklich erfreulich, dass auch bei ältern Patienten die Koständerung neben den Naturmitteln so gute Erfolge erzielen kann. Man ist also nie zu alt, sich seiner Krankheit entsprechend umstellen zu können. Jedenfalls ist es anspornend, zu sehen, dass auch in ältern Jahren der Körper die Fähigkeit besitzt, noch dankbar zu reagieren.

### Gute Wirkung der Pflanzenmittel bei Tieren

Schon des öfters wiesen wir auf die gute Wirkung pflanzlicher Mittel auch bei den Tieren hin. Dies bestätigt wiederum folgendes Schreiben aus B. Frau B. schrieb unter anderem:

«Wir haben ein herziges Hundli, schon 10 Jahre alt. Jetzt hat dieses am untern Kiefer eine Geschwulst bekommen, und mein Mann sagte, ich müsse mit dem Tier zum Arzt. Da gab ich dem Hundli mitunter 1—2 Tröpflein Petasitis in das Wasser und auf einmal ist nun die Geschwulst zu unsern grossen Erstaunen mit diesem guten Mittel verschwunden.»

Es ist erfreulich, dass die Naturmittel auch bei den Tieren zuverlässig wirken. Dies zeigt sich beispielsweise auch bei der Behandlung von Kühen. Wie oft schon haben Bauern berichtet, dass Lachesis D 10 oder D 12 zum Versäubern der Kühe wirksam geholfen hat.

### Erfolgreiche Hilfe bei Krampfadergeschwüren

Anfangs des Jahres schrieb Fr. K. aus H. wie folgt:

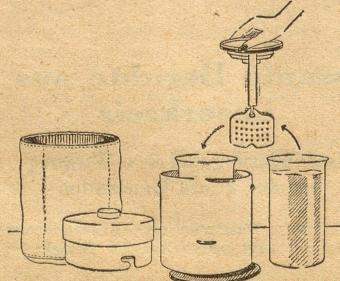
«Ich möchte Ihnen doch einmal berichten, wie ich im Frühling 1949 mit Ihren Mitteln zufrieden war. Ich hatte Krampfadern-Geschwüre und schon Monate lang eine offene Stelle, so dass mich der ganze Fuß schmerzte. Ich schrieb Ihnen damals alles ganz genau und Sie schickten mir Mittel (Hypericum- und Calcium-Komplex). Diese wirkten ganz verblüffend. Schon nach ein paar Tagen schloss sich die Wunde, und ich hatte keine Schmerzen mehr. Ich habe dann noch eine zeitlang weiter die Mittel eingenommen. Nun möchte ich wieder eine Kur machen...»

Auch dieser Bericht ist sehr erfreulich, zeigt er doch deutlich, wie durch die entsprechenden Naturmittel selbst schwerwiegende Leiden erfolgreich, ja sogar oft rasch behoben werden können.

Verantwortlicher Redaktor: A. Vogel, Teufen

### Joghurt geniessen nach Herzenslust!

Kein Traum mehr, sondern Wirklichkeit für die glücklichen Besitzer des IMMER-JOGHURT-APPARATES.



Der IMMER-JOGHURT-APPARAT liefert Ihnen — monatelang mit dem gleichen Ferment — herrlichen, echten Joghurt praktisch zum Milchpreis. Schauen Sie sich den Apparat unverbindlich bei uns an, oder verlangen Sie einen Prospekt!

REFORMHAUS & CO. ZÜRICH  
Münsterhof 20

ZÜRICH 6, Universitätsstr. 118  
KÜSNACHT-Zch., b. Bahnhof  
BERN, «Ryfflihof», Neuengasse 30



#### Wer

sein Frühstück auf währhaftes Porridge oder Müsli basiert, freut sich, zwischen den einzelnen Löffeln in's knusperig-würzige

ROLAND Knäckebrot zu beissen.

Nehmen Sie auf Ihre Ferientouren eine Büchse von

### Geber's Hafer- oder Hirsebiscuits

mit, und Sie haben eine ideale Zwischennahrung stets mundgerecht zur Hand. Bei geschlossener Büchse bleiben die Biscuits unverändert knusprig und aromatisch. Erhältlich in allen Reformhäusern, in Lebensmittelgeschäften oder durch die Vertriebsstelle J. von Tobel, Moosseedorf.

**Kinder** freuen sich immer auf die schmackhaften, zuträglichen Gerichte aus



**Paidol**

Verlangen Sie die beliebten Paidolrezepte kostenlos von Dürschler & Co., St. Gallen

### Die wichtigsten Produkte von A. Vogel, Teufen

erhalten Sie im

**R REFORMHAUS  
UPRECHT**

Christoffelgasse 7  
vis-à-vis Volksbank  
BERN

Kennen Sie das natürliche OZON-Dampfbad? Es fördert die Blutzirkulation, stärkt den Körper, gibt Beweglichkeit und wunderbares Wohlbefinden. Wirkt ausgezeichnet als Gesamtreinigung des Körpers und des Blutes. Seit 10 Jahren gute Erfolge!

#### OZON-BAD

Zürich 1, Zähringerstraße 21  
Frau E. Pfister, Tel. 32 33 70



Seit 70 Jahren  
die Vertrauensmarke  
**-Olivenöl**  
erste Kaltpressung  
ohne chem. Behandlung

Ein Vorrat ist Jahrelang haltbar  
Erhältlich in den Reformhäusern;  
wo nicht, direkt vom Importhaus

Alfred Brack, Aarau

#### Eine Wohltat für Ihre Füße...



sind die echten Chodan-Sandalen mit der guten Halt bietenden Plastiquesohle.

Chodan-Plastique mit Ledersohlen

Art. 112	30/35	Fr. 28.80
	36/42	Fr. 27.80
	43/47	Fr. 29.80

Alma-Plastique mit Rohgummisohlen

Art. 114	36/42	Fr. 31.80
	43/47	Fr. 34.80

Versand überallhin - Auswahlsendungen

SHUHHAUS

**Schönbucher**

ZÜRICH - Langstr. 94

Etwas ganz feines:

### Hirse-Biscuits

Knusperig, ausgezeichnet schmeckend, hergestellt aus Spezialhirseflocken, mit rein vegetabilen Fetten, Nussa, Roh-Rohrzucker und Weizenkeimlingen, ohne Butter und Eier. Wirkung: Gesunde Zähne, reine Haut, starke Nägel, besserer Haarwuchs dank dem Kiesel säuregehalt der Hirse.

Erhältlich in allen Reformhäusern.

Hersteller: RUD. JAKOB & CO. BISCUITS RUJA Grosshöchstetten (Bern)

#### Kochen Sie Joghurt selbst!

Mit dem Immer-Joghurt-Apparat geschieht das auf einfachste Weise. In kurzer Zeit macht sich der Apparat bezahlt und Ihre Gesundheit gewinnt.

Apparate für 1 l und 1/2 l und aufklärende Prospekte durch

**REFORMHAUS MEYER BERN 14**  
Tel. 5.14.55      Prompter Postversand      Brunnmatstr. 46