

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 7 (1949-1950)  
**Heft:** 11

**Rubrik:** Warenkunde

#### **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:** 04.02.2026

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

Dieser nun lautete folgendermassen: «Es freut mich, dass Sie in Ihrer schweren Lage durch die heilende Wirkung der Brennesseln so gute Hilfe erfahren konnten. Sie sehen also, wenn man ins Ausland auch nur unter erschweren Umständen Mittel senden kann, so gibt es doch überall und in jedem Lande Pflanzen, die unsere grossen Helfer sind. Wenn Sie bei Ihrem Leiden in der erwähnten Zeit 3 kg an Gewicht zugenommen haben und zwar fast ausschliesslich durch die Brennesselkur, dann ist dies ein Zeichen, dass Ihnen Kalk, Phosphor und Vitamin D aus den Brennesseln so schön zu helfen vermochten. Fahren Sie also nur weiter damit. Sie können, wie Sie schreiben, die Brennesseln auch trocken und so pulvrisieren, nur werden Sie damit nicht die ganz gleich gute Wirkung erzielen, wie mit rohen Brennesseln. Sie werden sich aber auch noch auf andre Art behelfen können: Drehen Sie die Brennesseln durch eine Hackmaschine, geben Sie zu dem so erhaltenen Brennesselsaft etwas Alkohol hinzu, wodurch sie eine rohe Brennessel-Tinktur erhalten, von der Sie tropfenweise einnehmen und zwar zusammen mit dem Brennesselpulver, das Sie aus den getrockneten Pflanzen zubereitet haben. Auf diese Weise können Sie sich für die Not helfen. — Für den Hals könnten Sie Kalium iod D 4 einnehmen, ferner einen Tannenkosp- oder Spitzwegerichsirup verwenden, was beides ausgezeichnet wirkt. Da Ihnen jedoch auch diese Mittel nicht zur Verfügung stehen, können Sie sich folgendermassen behelfen: Kauen Sie regelmässig Spitzwegerichblätter, ebenso rohe Tannenkosp, und Sie werden rasch beobachten können, dass es in Ihrem Halse zu lockern beginnt. Achten Sie aber darauf, den Spitzwegerich nicht auf Wiesen zu holen, die mit Jauche oder Kunstdünger gedüngt worden sind, denn dies könnte die Wirkung nicht nur beeinträchtigen, sondern Ihnen in Ihrem Zustand auch schädlich sein. Zum Ausheilen können Sie nachher auch Sanikel- oder Käslakrautblätter kauen. Dies alles haben Sie mehr oder weniger zur Verfügung, und es wird seine gute Wirkung nicht verfehlten. Wenn Sie spazieren gehen, können Sie auch etwas Lärchen- oder Tannenharz in den Mund nehmen, darauf herum beissen und alsdann das feine Terpentin, das dabei herauskommt, herunterschlucken. Auch das wird Ihnen für den Hals rasche Linderung verschaffen. Vielleicht könnten Sie auch Lehmwickel um den Hals machen, wozu Sie gewöhnlichen gelben Lehm benützen können. Den Sie mit Eichenrindente zu einem Brei zubereiten.» Das waren meine Ratschläge, die bestimmt noch manchem Notleidenden in gleicher oder ähnlicher Lage werden helfen können.

## Interessante Berichte aus dem Leserkreis

### Hämorrhoidenbehandlung bei hohem Alter

Schon des öfters konnten wir unsern Lesern den Beweis erbringen, dass es sich auch bei vorgeschriftinem Alter noch lohnt, gegen seine Gebrechen mit natürlichen Anwendungen vorzugehen. So schrieb am 9. Juni dieses Jahres ein 74jähriger Patient, Herr S. aus A. über erfreuliche Fortschritte wie folgt:

«Kann Ihnen zu meiner grossen Freude mitteilen, dass ich gesundheitlich bei recht guter Verfassung bin. Darf mich mit Arbeit wieder kräftig einsetzen. Die Hämorrhoiden, mit denen ich stark geplagt war, sind bis heute sehr stark zurückgegangen und zwar von innen heraus durch Ihre Mittel unter zusätzlicher Behandlung mit 2-3 wöchentlichen Sitzbädern aus Eichenrindenabsud, so dass ich mich glücklich weiss, wieder ungehindert arbeiten zu können. Eine Operation konnte also umgangen werden. — Sie haben kaum eine Ahnung, wie mich das freut, dass ich trotz meiner 74 Jahre wieder jung geworden bin. — Werde begreiflicherweise mit der Behandlung noch einige Zeit weiter fahren, bis ich, wie ich glauben kann, von den Hämorrhoiden gänzlich befreit bin....»

Es ist wirklich erstaunlich, dass trotz dem hohen Alter die Hämorrhoiden mit einfachen, natürlichen Mitteln noch zurückgebildet werden konnten, ohne dass man chirurgisch eingreifen musste. Dies ist wieder ein neuer Beweis, dass mit natürlichen Mitteln viel erreicht werden kann. Wie beruhigend ist es, zu wissen, dass auch für die Gebrechen des Alters noch helfende Kräutlein gewachsen sind, die dazu beitragen, die innenwachende, eigene Kraft der Natur wieder heilend in Aktion treten zu lassen. — Dem Patienten half vor allem ein Johanniskrautpräparat, da solches die Venen günstig beeinflusst, was bei Hämorrhoiden grundlegend beachtet werden muss, ferner Lachesis D 12, um septische Zustände zu verhindern, im weitern Calcium-Komplex und Psyllium.

## Warenkunde

**Gekeimter Weizen, ein billiges Stärkungsmittel.** Es ist nun einmal üblich bei Schnächezuständen Geld für teure Stärkungsmittel wie Präparate aller Art, tonische Weine und dergleichen mehr, auszugeben. Wie erstaunt wären manche, zu erfahren, dass uns weit billigere Hilfssachen zur Verfügung stehen. Der einfache Weizen, es kann zwar auch Roggen oder Gerste sein, vermag uns in gekeimtem Zustand darzurichten, was manch teurem Mittel nicht möglich ist. Wie aber erlangen wir keimende Weizen? Nun, sehr einfach. Wir befeuchten einen Teller, noch besser, wir legen ein feuchtes Tuch hinein, die Weizenkörner darauf und stellen den Teller in die Wärme, achten aber stets darauf, dass das Tuch schön feucht bleibt. Auf diese Weise wird der Weizen zu keimen beginnen, und wenn er ganz kleine Keimlinge von circa 1/2 cm oder noch kleinere besitzt, dann dreht man ihn durch die Hackmaschine und bereitet ihn zu einem rohen Müesli. Man kann ihn aber auch ohne weiteres essen, indem man ihn tüchtig kaut und somit gut durchspeichelt. Infolge des Keimens wird durch das Ferment Dastase, das im Keimling enthalten ist, die Stärke umgewandelt, bzw. in eine Zuckerart abgebaut. Es entsteht somit ein gewisser Mälzungsprozess. Auf diese Weise wird auch durch Keimen von Gerste das Gerstenmalz hergestellt. Kaut man die gekeimten Körner gut, dann merkt man, wie süß sie schmecken. Dieses frische Malz, wenn man es so bezeichnen kann, ist mit seinen reichhaltigen Fermenten, vor allem durch den Gehalt an Diastase ein gutes Kräftigungsmittel. Dieses kann auch mit Leinsamen gegessen werden, was die Grundlage zu einer Kruska, wie sie in Schweden heisst, darstellt. Diese hilft verdauen, vor allem auch andere Stärke. Leute, die mager sind und nicht gut assimilieren, nehmen vorteilhaft eine solche Nahrung, hilft sie doch auch das Gericht zu haben. Es handelt sich also um ein einfaches, billiges und gutes Stärkungsmittel, das auch das Blut zu verbessern, und den Blutgehalt zu haben vermag. Wer zugleich auch viel rohe Rüebli isst oder viel rohen Rüebli-Saft trinkt, eventuell auch noch eine Traubenkur durchführt, der kann sich auf diese Art und Weise kräftigen, ohne viel Geld ausgeben zu müssen. Für Herzkrank ist die Kur, zusammen mit reichlichem Traubengenuss oder frischem Traubensaft hervorragend. Wer an Verstopfung leidet, sollte beim Genuss von Trauben darauf achten, Hände und Kernen nicht mit zu geniessen. Auch ein jeder, der an Gärungen leidet, muss dies in Betracht ziehen, da dadurch die Gärungen vermieden werden können.

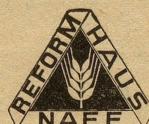
Auch Dr. Bircher hat seinen Patienten gekeimten Weizen empfohlen und dies bestimmt, weil er damit gute Erfahrungen beobachtet konnte.

Verantwortlicher Redaktor: A. Vogel, Teufen

Bei uns finden Sie alles für eine gesunde, natürl. Ernährung:

Weizenkeime	Vollreis
Hagebuttentee	Buchweizen
Hagebuttenmark	Goldhirse
Schweizer Bienenhonig	Roh-Rohrzucker, usw.

Verlangen Sie unsere Gesamt-Preisliste!



**Reformhaus Naeff**

Salerstr. 12 - Tel. 46.86.97

**ZÜRICH-ÖRLIKON**

Zwei ostfriesische

**Milchschafe**

zu verkaufen, ein einjähriges Tier und ein Muttertier. Evtl. in Gegenrechnung mit Obstlieferungen. — Interessenten wollen sich melden beim Verlag dieses Blattes in Teufen (App.).