

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 8 (1951)
Heft: 2

Rubrik: 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: 30.01.2026

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

Rockes und verschwand damit für immer. «So mag es uns allen ergehen,» jammerte die kleine Schlüsselblume, «keines ist sicher, wann es geholt wird!» «Lass es gut sein,» tröstete das Schneeglöckchen, «damit müssen wir uns abfinden. Ob wir hier unbeachtet verwelken oder zur besondern Freude dienen, spielt keine Rolle, wenn wir nur blühen dürfen. Wenn wir zudem noch nützlich sein können, dann haben wir viel gewonnen. Morgen aber, wenn die Sonne wieder scheint, wird unsre Feigwurz sicher mit einer neuen Blüte prangen. So ist es nun einmal bei uns. Wir lassen uns nicht entmutigen, sondern blühen.»

FRAGEN UND ANTWORTEN

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

Ausdauer bringt Erfolg Zuckerkrankheit, Nieren- und Leberstörungen

Wie schon oft erwähnt, ist es notwendig, sowohl betreffs Ernährung, betreffs Einnahme spezifischer Mittel, wie auch betreffs der verordneten Behandlungen stets *beharrliche Ausdauer* an den Tag zu legen. So ausdauernd wie man in seinen Gewohnheiten ist, so ausdauernd sollte man sein, wenn es um die Erlangung, die Festigung und Erhaltung der Gesundheit geht, denn Gesundheit bürgt für Leistungsfähigkeit und diese wiederum schafft Befriedigung und innere Sicherheit, so dass allfällige Schwankungen des Gemütes dadurch vielfach erfolgreich behoben werden können. Wie es einer Patientin erging, die sich in der Hinsicht richtig einstellte, möchte nachfolgender Bericht schildern. Fräulein R. aus B. schrieb am 10. Oktober 1950 über ihr Ergehen zusammenfassend:

Nachdem meine Mutter bis jetzt immer mit Ihnen korrespondierte, möchte ich Ihnen nun einmal persönlich schreiben und Ihnen vor allem für Ihre Hilfe danken. Noch vor 6 Wochen ging es mir sehr schlecht und zwar nicht nur körperlich, sondern auch seelisch. Seit der letzten Harnanalyse von Ende August habe ich Ihre Mittel mit grösster Regelmässigkeit eingenommen, worauf sich mein Gesundheitszustand ziemlich rasch gebessert hat. Der Zucker ist inzwischen von 8,3 auf 2% zurückgegangen. Dieser Fortschritt, den ich der Befolgung Ihrer Ratschläge verdanke, hat mich herzlich gefreut.»

Die Patientin befolgte folgende Anordnungen. Zur Anregung der Bauchspeicheldrüse, der Leber- und Nierentätigkeit wurden spezifische Mittel eingesetzt wie: *Tormentilla*, *Cardamine prat.*, *Molkenkonzentrat* und ein spezifisches Komplex-Mittel für Diabetiker, *Solidago* und *Nierentee*, *Podophyllum D3*, *Chelidonium D2* und *Psyllium*. Die Ernährung war folgende: Viel *Rohkost*, rohe Salate, wie *Wiesenkleealat*, geraffelte *Rüebli*, fein geschnittene *Brennnesseln*, rohe *Zwiebeln*, roher *Randensalat*, nebst viel Gemüse. Dagegen mussten *stärke- und eiweisshaltige Nahrungsmittel* gemieden werden, wie auch scharfe Gewürze, also *salzarme Kost* beachtet werden. Auch *Früchte*, *Trauben*, *Bananen* und andere mehr, wurden empfohlen. Niemals aber sollten Früchte mit Gemüse zur gleichen Mahlzeit gegeben werden. Brot durfte nur wenig genommen werden, am besten das *Knükebrot*. Wenig und langsam essen, aber *gutes Durchspeicheln* und *gründliches Kauen* entlastet die Bauchspeicheldrüse und regt sie an. Ebenso sind warme Wasseranwendungen förderlich, wie *Bauchwickel*, heisse *Duschen* auf den Bauch in kreisförmiger Bewegung, wie der *Uhrzeiger* läuft und halbstündige *Sitzbäder* in Bluttemperatur unter stetem Nachschütten von warmem Wasser. Uebermässige Anstrengungen sind zu meiden, aber regelmässiges *Spazieren* mit *Tiefatmen* ist zu empfehlen.

Die Patientin berichtete weiter noch:

«Aceton ist «praktisch» nicht mehr vorhanden. Durst, Heiss-hunger und eine Müdigkeit, die mich direkt deprimierte, sind verschwunden. Ich fühle mich sehr wohl, ja, eigentlich gesund, arbeite und bin wieder frohen Mutes. Es braucht manchmal etwas lange, bis Berner in jemanden Vertrauen gefasst haben, aber dafür hält es dann an. Ich habe meine Lebensweise nach Ihrem Rat geändert, nehme Sitzbäder, mache Umschläge, turne morgens, wasche mich kalt ab, bürstete mich nachher tüchtig und gehe dann zu Fuss ins Büro, viertel-tägig macht dieser Marsch anderthalb Stunden aus.»

So schreibt unter anderm die Patientin und es ist erfreulich, dass sie auch fernerhin durchzuhalten gedenkt, denn mit der Diät hat sie sich abgefunden, wie auch mit der notwendigen Essenstechnik. Der sichtbare Erfolg mehrte ihre Zuversicht, und es ist bei der vollen Beachtung der Anordnung daher zu erwarten, dass auch die Bauchspeicheldrüse wieder gestärkt, ihren Dienst voll aufnehmen wird. Auch die *Periode*, die infolge einer zu anstrengenden Bergtour ausgeblieben ist und nun zugleich einen *Haarausfall* zur Folge hatte, kann durch Einwirkung auf die Eierstöcke mittelst der Wasseranwendungen, mittels spezifischer Mittel, vor allem auch durch den Genuss von *Weizenkeimen* wieder in Funktion treten. Dass durch Behebung dieser Störung zugleich auch der *Haarausfall* günstig beeinflusst werden kann, hängt von diesem bezüglich eigenartigem Zusammenhang, der des öfters beobachtet werden kann, ab. Beachtet man all diese Faktoren, dann geht man in der Behandlung viel weniger fehl, als wenn man nur einseitig spezifisch einwirken würde. — Da die Patientin infolge der Krankenkasse der ärztlichen Untersuchung nicht entgehen kann, ist eine stete Kontrolle seitens des Arztes gegeben, und es wird auch ihn interessieren mögen, was den erfreulichen Erfolg zustande brachte, denn jeder Arzt, der aufrichtig um das Wohl seiner Patienten besorgt ist, kann natürliche Hilfeleistung bestimmt nur begrüssen.

AUS DEM LESERKREIS

Erfreuliche Ueberraschung

Schon öfters erhielten wir durch die vielen eingehenden Berichte dankbarer Patienten den Beweis, dass die *Wirkung der Naturmittel* sehr oft eine mehrseitige ist, also nicht spezifisch nur ein Leiden zu beeinflussen vermag. So sandte uns denn Frau M. aus W., eine getreue Leserin unsrer Nachrichten ein Zeugnis von Bekanntem ein, das wie folgt lautete:

«Ein Bekannter, Abonnent der «Gesundheits-Nachrichten» nahm Solidago, weil er dachte, es könne ihm für den allgemeinen Gesundheitszustand helfen. Er war erstaunt, dass er dadurch von seinen heftigen Magenschmerzen befreit wurde, die jedenfalls von einem früheren Magengeschwür herrührten. — Er empfahl dann das Solidago einem andern Bekannten, der auch unter Magenschmerzen litt. Auch da war der Erfolg der gleiche. Möchten auch andere Leser der «Gesundheits-Nachrichten» aus dieser Erfahrung Nutzen ziehen.»

Dies ist der redliche Wunsch unsrer aufmerksamen Leserin. *Solidago*, die einfache Goldrute ist ja bereits schon gut bekannt als vorzügliches *Nierenmittel*. Nun soll sie also auch gegen Magenbeschwerden günstig wirken, was bestimmt der Beachtung wert ist.

Verlässliche Hilfe bei Venenentzündung

Eine Bestätigung, dass unsere *Venen* durch *Johanniskraut* (*Hypericum*) und andere günstige *Kräutersäfte*, nebst biologischem *Kalk* günstig beeinflusst werden können, gibt folgender Bericht. Frau M. aus H. schrieb am 8. Januar 1951:

«Im Oktober 1950 habe ich von Ihnen Hypericum- und Calciumkomplex, sowie gelben Lehm erhalten gegen Venenentzündung. Nun kann ich Ihnen die erfreuliche Mitteilung machen, dass mir alles sehr gut geholfen hat, so dass ich nur noch hie und da Schmerzen habe und glaube, dass auch diese noch verschwinden werden. — Ich möchte Ihnen also vielmals danken und werde sie weiter empfehlen.»

In verhältnismässig kurzer Zeit haben die Mittel nebst den Lehmwickeln also den gewünschten Erfolg erzielt. So lange sich noch hie und da Schmerzen melden, wird es gut sein, bis zu deren völligem Verschwinden regelmässig die unterstützenden Mittel weiter einzunehmen, doch so, dass man das Quantum nach und nach reduziert.

Günstige Beeinflussung der Geburt, trotz schwerer Schwangerschaft

Da bei *Schwangerschaft* und *Geburt* die Pflege der *Venen* eine grosse Rolle spielt, ist es nicht verwunderlich, dass die obgenannten Mittel ihre günstige Wirkung auch in solchem Falle ausüben. So berichtete Frau B. aus A. am 18. 12. 50, wie folgt:

«Die Geburt ging wunderbar gut und rasch vorbei. Die Hebamme konnte es kaum glauben, da sie mir nach einer so schlechten Schwangerschaft, in der ich nun sechseinhalb Mo-

nate nur noch liegen und herumsitzen konnte, eine lange, strenge Geburt prophezeite, was auch begreiflich gewesen wäre, wenn ich nicht die Mittel eingenommen hätte. Um 5.45 Uhr spedierte sie mich ins Krankenhaus und 10 Minuten vor 7 Uhr war der Kleine schon da.»

Wie manche Mutter wünscht sich nicht eine kleine Erleichterung in den schweren Stunden, die eine Geburt mit sich bringt. Es ist daher erfreulich, dass einfache Naturmittel eine solch günstige Wirkung zu erzielen vermögen. Das gleiche bestätigt auch Frau R. aus B., die Ende Oktober unter anderm berichtete:

«Wofür ich Ihnen immer wieder neu danken muss, ist das Hypericum-Komplex. Es ist gar nicht auszudenken, wieviel Schmerzen es mir während meiner letzten Schwangerschaft erspart hat. Ganz sicher hatte ich es diesem zu verdanken, dass die Geburtsarbeit nur 1 Stunde dauerte, trotz der Schwäche und der Steisslage des Kindes. Auch war ich nach der Geburt so gut «zwäg», dass ich kaum je merkte, dass etwas vorgefallen war, und alle Leute sagten, ich hätte überhaupt noch nie so gut ausgesehen.»

Verantwortlicher Redaktor: A. Vogel, Teufen

Eine erfolgreiche

WINTERKUR

mit Kräuterbädern, Massagen, Diät und Säftekuren (die Säfte werden jeden Tag vom Gemüse und Obst frisch zubereitet), unter Anwendung von Naturheilmitteln (Frischpflanzenpräparaten von A. Vogel) kann im Appenzellerländli durchgeführt werden im

Kur- und Heilbad Schoch-Köppel, Schwellbrunn

in wunderbarer, ruhiger Höhenlage mit prächtiger Aussicht (972 m. ü. M.). Pensionspreis (alles inbegriffen) Fr. 12.50. Heimelige Zimmer mit fliessendem Wasser, warm und kalt (Ölheizung). Telefon 071/5 23 55.

Etwas ganz feines:

Hafer-Biscuits

Knusperig, ausgezeichnet schmeckend, hergestellt aus Spezialhaferflockli, mit rein vegetabilen Fetten, Nussa, Roh-Rohrzucker und Weizenkeimlingen, ohne Butter und Eier.

Die Kraftnahrung in neuer Form, speziell geeignet als Zwischenverpflegung für die Kinder in der Schule und beim Spiel.

Erhältlich in allen Reformhäusern.

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

Einfache, arbeitsame, treue

Person

fände bei pflegebed. Frau liebes Heim, bei gesunder veget. Kost und Lohn nach Uebereinkunft. Offerte unter Chiffre GN 2 an die Buchdr. dieses Blattes.

Versilbern

von Bestecken und anderen Gegenständen.

J. Ging, Zürich 51

Ueberlandstr. 28
Tel. (051) 46 77 11

Das Einbinden

der „Gesundheits-Nachrichten“

besorgt prompt und zuverlässig, zu Fr. 3.— pro Jahrgang

W. Sprüngli, Villmergen

Die neue Ernte unseres rohen

Hagebuttenmarks

ist verarbeitet. Sie können von jetzt an frische Ware, Ernte 1950 erhalten. Verlangen Sie im Reformhaus neues Hagebuttenmark, Ernte 1950! Wenn nicht erhältlich, direkt vom Laboratorium «Bioforce» Teufen.

Manchem Kranken kann man einen Dienst tun durch einen Hinweis auf die Naturheilmethode, oder auf die «Gesundheits-Nachrichten».

A. Vogel aus Teufen spricht

über die Ursachen aller Krankheiten
Wie können wir uns schützen?

Oerlikon

Dienstag, den 30. Januar
20 Uhr im Volksh. Baumacker
Baumackerstr. 15

Zürich

Mittwoch, den 31. Januar
20 Uhr im Kongresshaus
Kammermusiksaal, Eingang U
Gotthardstr. 5

Winterthur

Donnerstag, den 1. Februar
20 Uhr im Rest. Wartmann
Paulstr. 2

Schaffhausen

Freitag, den 2. Februar
20 Uhr im Gelbhausgarten

Wenn Sie einen guten Platz haben wollen, dann kommen Sie beizeiten zum Vortrag, denn die Säle sind in der Regel sehr gut besetzt. Besonders Schwerhörige möchten sich dies merken, dass sie frühzeitig da sind, um in den vorderen Reihen Platz nehmen zu können.

Wer sich gesund ernähren will, kauft bei uns!

Wir führen sämtliche Produkte von:

A. VOGEL in Teufen

J. KLÄSI NUXO-WERK AG in Rapperswil

MORGA AG in Ebnat-Kappel

WELEDA AG in Arlesheim - usw.

Sie finden bei uns:

Vollkornbrote, Getreide aller Art, unbehandelte Olivenöle, rein pflanzliche Fette, Soja-Produkte, Kinder-Nährmittel, Gewürze, Tee-Kräuter, natürliche Trockenfrüchte und alle Nuss-Sorten.

Rascher Versand nach auswärts! - Autodienst im Stadtgebiet!



Reformhaus Naef

Salerstr. 12 - Tel. 46.86.97

ZÜRICH-ÖRLIKON

(ehemaliger Mitarbeiter von A. Vogel)

Warum Katarrh und Verschleimung anstehen lassen?

wenn es Mittel gibt, die Ihnen rasche und zuverlässige Helfer sein können. — *Santasapina-Sirup*, der rohe Tannenknospensirup (aus rohen Tannenknospen hergestellt) und *Spitzwegerich-Sirup*, aus rohem Spitzwegerichsaft zubereitet, wird Ihnen sofort gute Dienste leisten, wenn Sie sich erkältet haben. Wenn nötig nehmen Sie noch *Kalium iod.* D 4 dazu und Sie werden sehen, dass Sie sich nicht lange mit diesen Störenfriedern der Herbstnebelzeit herumzuplagen haben.

Erhältlich im Reformhaus, wo nicht, direkt beim Laboratorium «Bioforce» in Teufen (App.).