Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 8 (1951)
Heft: 7

Artikel: Einspritzungen
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-554480

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: 09.12.2025

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

kus besser arbeitet, regulärer schafft und die Herzfunktion dadurch beeinflusst wird.

Sogar eine Angina pectoris kann bei entsprechend richtigen Anwendungen und guten Naturmitteln durch die Atmung günstig beeinflusst, ja vielleicht sogar korrigiert werden.

Wenn die Bronchien noch nicht zu stark degeneriert sind, kann auch das Asthma gebessert, eventuell zum Verschwinden gebracht werden. In jedem Fall aber kann noch eine wesentliche Besserung erreicht werden.

Eine Verstopfung wird durch konsequente Einnahme von Naturnahrung korrigiert, durch richtige Atmung aber in Ordnung gebracht werden können. Wer richtig gut aus- und einatmet wird merken, dass der Darm besser zu arbeiten beginnt. Morgens, mittags und abends sollte man 5, 10 oder 15 Minuten eine richtige Atemgymnastik durchführen, und der Darm wird dadurch besser schaffen. Vielleicht braucht es 8 Tage, vielleicht 14 Tage, vielleicht auch 4 Wochen bis eine Besserung eintritt, aber sie wird kommen.

Auch die schlanke Linie wird durch richtige Atemgymnastik bewahrt oder wieder erreicht werden. Der dicke Bauch mit dem eigenartigen Fettansatz verschwindet, wenn wir mit der Atmungsgymnastik durchhalten. Selbstverständlich ist auch die Ernährung mitzuberücksichtigen. Aber schon selbst ohne die richtige Ernährung wird ein 50prozentiger Erfolg für die schlanke Linie gebucht werden können.

Wenn jemand Polypen hat, so vielleicht nur, weil er nicht richtig atmet, denn dadurch wird der Entwicklung der Polypen Vorschub geleistet. Wer hingegen richtig atmet, auch nachts, bei dem werden keine Polypen in Erscheinung treten oder, wenn sie schon vorhanden sind, zurückgebildet werden können.

Nun gibt es auch Menschen, die den Geruchsinn verloren haben. Solche sollten sich in der Ernährung auf Naturnahrung umstellen, vorübergehend vielleicht sogar auf Rohkost und die richtige Atemgymnastik durchführen. Langsam kann alsdann der Geruchsinn wieder zurückkehren. Es gibt überhaupt kaum eine Krankheit, die nicht mit richtiger Atmung günstig beeinflusst werden könnte.

Bei den Frauen würden die meisten Unterleibsleiden, Tumore, Geschwulste und anderes mehr nicht mehr in Erscheinung treten, wenn sie richtig atmen würden. Die Geburten würden leichter vorsichgehen, denn die nervösen Stauungen würden beseitigt werden. Nur darf man dabei keine beengende Kleidung tragen, denn der Bauch muss atmen können. Man sollte diesen also nicht mit einem Hüftgürtel oder Corset zusammenziehen. Es ist weit besser, man trainiert die Bauchmuskulatur so, dass sie ohne weitere Hilfe Spannkraft bekommt und behält. Durch das Zusammenziehen mit einem Gürtel wird dies nicht erreicht, denn wenn man ihn nicht mehr trägt, geht auch der Bauch ohne richtige Atemgymnastik wieder heraus. Man wird damit also nur sich selbst und die andern täuschen.

Atemgymnastik in der Schule

Würde man die Kinder in der Schule diese Atemgymnastik lehren und sie richtig darauf trainieren, dann gäbe es mit wenig Ausnahmen keine Fettleibigkeit, ebenso keine lungenkranken Kinder mehr, wenn letztern zugleich eine neuzeitliche, kalkreiche Ernährung geboten wird. Die Lunge wird durch richtiges Atmen ganz anders entwickelt, wie auch der Brustkasten und das Zwerchfell. Der dadurch erreichte kräftige Ausbau der innern Organe wird normalerweise verhüten, dass sich ein Defekt an der Lunge einstellt.

Gesangspädagogen sind bekanntlich darauf bedacht, ihren Schülern durch eine regelmässig richtige Atmung zu besserm Erfolg zu verhelfen. Sänger werden daher das richtige Atmen nie ausser acht lassen.

Wie lange nun sollen wir atmen? Wie schon erwähnt, wird es günstig sein, unsere Uebung auf eine Viertelstunde auszudehnen. Vielleicht hat man anfangs jedoch schon mit 1 Minute genug. Man wird also langsam, je nachdem es einem gelingt, auf 2 Minuten übergehen, auf 5 Minuten und so weiter steigern, bis man unter Umständen wie bei jedem Lauf die richtige Atmung automatisch durchführt. Der Körper gewöhnt sich an diesen neuen Rhythmus, und dann können wir es am eigenen Leib erleben, dass eine richtige Atmung nützlicher ist als alle andern Leibesübungen. Wir haben so ein Heilmittel im Hause, das uns nichts kostet, als etwas Anstrengung, Konzentration und Ausdauer. Wir werden dankbar erkennen, dass gute Naturmittel wertvoll sind, die Ruhe viel Gutes bewirkt, die Naturnahrung als notwendige Voraussetzung zum Heilen gegeben ist, die Atmung aber alle Erfolge krönt, und wir werden dabei die Richtigkeit des Grundsatzes: «Atem ist Leben», vollauf bestätigt finden.

Kopfweh

Im Grunde genommen gibt es weder in der Homöopathie, noch in der Kräuterkunde oder in irgend einer andern Naturheilmethode ein Mittel gegen Kopfweh, denn Kopfweh ist keine Krankheit, sondern nur ein Symptom, nur eine Auswirkung von irgend einem Leiden oder irgend einer Störung. Trotzdem aber kann man Kopfwehtabletten zusammenstellen die einen Kopfschmerz günstig beeinflussen, unter Umständen sogar ganz beseitigen können. Das ist vom biochemischen Standpunkt aus möglich, indem man dem Körper diejenigen Stoffe gibt, Nährstoffe, Nährsalze, die eigentlich die Nervenzellen, vor allem die Gehirnzellen nutritiv, d. h. ernährend, beeinflussen. In diesem Sinne wirken auch Kopfwehtabletten, wenn sie aus folgenden Komponenten zusammengestellt sind äusserst günstig, nämlich aus homöopathischer Verreibung von wildem Jasmin, Sanguinaria, Belladonna, Aconitum und andern homöopathisch dosierten Heilmitteln.

Nachfolgendes Zeugnis zeigt wie zweckdienlich solche Tabletten, die vollständig harmlos sind und daher jedem Kind, ja sogar jedem Kleinkind gegeben werden könnten, wirken. Fräulein R. aus A. schrieb am 28. Mai 1951:

«Jene Tabletten gegen das Kopfweh hatten bei der letzten Periode Wunder gewirkt. Ich war ein ganz andrer Mensch als vorher, und ich danke Ihnen recht herzlich dafür, dass Sie mir ein solch gut wirkendes Mittel sandten.»

Auch alle Anwendungen, die ableiten, haben einen günstigen Einfluss auf die Kopfschmerzen, weil sie durch Herabziehen des Blutes eine Erleichterung herbeiführen. Man kann allerlei Packungen im Nacken auflegen, wie feuchte Wickel, gequetschte Kohlblätter, gehackte Zwiebeln, Lehmbrei. Anderseits wirkt auch alles günstig, was die Durchblutung fördert, also Venenmittel und Arterienmittel. Selbstverständlich muss man die Grundursache, die vielfach in der Verstopfung, in schlechter Darmtätigkeit oder in Unterleibsleiden bedingt ist, mitbeheben.

Einspritzungen

Gedanken über die Methode

Die Methode der Einspritzungen ist eine allgemeine geworden und man schreckt keineswegs davor zurück, dem Körper alle möglichen Gifte auf dem raschesten Wege, also durch eben diese Einspritzungen zuzuführen. Die Methode an und für sich wäre harmlos, ja in gewissen Fällen sogar günstig, wenn das Präparat, das eingespritzt wird, unschädlich ist. Das ist der Grund, warum auch die Naturheilmethode unbekümmert zu diesem Verfahren greifen kann, um einen raschern Erfolg erzielen zu können, sind doch ihre Mittel, die sie verwendet, völlig harmlos, ja, vielmehr sogar heilsam. Wir sehen also, die Methode an sich ist nicht verwerflich, denn Mittel, die durch die Einspritzung unmittelbar der Blutbahn zugeführt werden können, können sich auch entsprechend rascher und gründlicher auswirken. Es gibt Mittel, die ihre berechnete Wirkung

nicht ausüben können, da sie zuvor vom Verdauungsapparat, vor allem von der Magensäure gebunden oder gar zerstört werden, so dass sie nicht bis zur Blutbahn gelangen können. Dies ist der Grund, warum auch die Homöopathie zur Injektion greift, mit der einen Ausnahme allerdings, dass die homöopathischen Einspritzungen wegen der Harmlosigkeit ihrer Mittel völlig unschädlich sind.

Vertreibung von Kinderkrankheiten

Anders aber verhält es sich nun mit den neuen und neuesten Mitteln der Allopathie. Besonders beliebt sind die Injektionen von Penicillin, Streptomizin, Auromizin u.s.w. Alles möchte man mit diesen bereits allgemein bekannten Mitteln bewältigen können, so dass sie gewissermassen wirklich schon zu Allheilmitteln emporgestiegen sind. Auch Kleinkinder dürfen es erfahren, wieviel Vertrauen man z. B. in Penicillin setzt. Mitte Februar berichtete eine Mutter, Frau M. aus D. von solchen Penicillineinspritzungen, die ihrem Zweijährigen verabreicht worden sind. Das Kind war vordem völlig gesund. bis ein starker Husten einen Keuchhusten befürchten liess. Mit einer Penicillineinsprizzung schien der Kleine über die Schwierigkeit hnweggehoben zu sein, denn er war dadurch tatsächlich wieder gesund und munter. Nach zwei Monaten aber stellte sich der Husten wieder ein, gefolgt von Fiebern. Die Einsprizzung wurde wiederholt und abermals reagierte der Kleine mit wieder gewonnener Munterkeit. Erneut gingen zwei Monate gut vorüber, worauf sich der Husten zum dritten Mal einstellte, wieder von Fiebern begleitet und diesmal auch noch von Kopfschmerzen. Die Fieber stiegen und sanken. Den einen Tag war der Knabe fieberfrei, den andern plagten ihn die Fieber erneut. Nun ist das Kind gar nicht mehr in Ordnung, ohne Appetit, bleich und mager. Dies ist eine typische Schilderung, wie sie öfters zu hören ist. Es ist wohl praktisch, gegen solche Kinderkrankheiten einfach mit einem stark wirkenden Mittel den ganzen Kampf im Körper stillzulegen. Die Fieber sind alsdann wohl weg, aber das Gift, das die Fieber bedingt hat, ist nicht fort. So kann man ein zweites, ein drittes Mal dieselbe Methode anwenden. Die Kinder werden mit der Zeit mager, blass und unlustig. Hierauf stellen sich die weitern Schwierigkeiten ein, denn Fieber darf nie zurückgedrängt und eine anrückende Kinderkrankheit nie unterdrückt werden. Im Gegenteil, wir sollten diese Krankheiten durch richtige Unterstützung fördern, damit sie völlig zum Ausbruch kommen, sich richtig auswirken und wieder endgültig verschwinden können. Sie müssen, im eigentlichen Sinne des Wortes, richtig und gründlich durchgeschafft werden. Man unterstützt die Fieber durch Wickel, gibt Mittel ein, die auf die Niere wirken und leitet ab auf den Darm, so dass alle Ventile, die der Körper besitzt, gut arbeiten. Auf diese Weise gehen die Kinderkrankheiten schadlos vorüber. Die Kinder sind nachher wieder gesund, ja, oft gesünder als zuvor, denn Fieber, das man in seiner Wirksamkeit gut unterstützt, schafft manches weg, was ausserdem im Körper unliebsam schlummerte. Es ist daher prinzipiell falsch, so modern und praktisch eingreifen zu wollen in Fällen, in denen die alten, bewährten Methoden ausreichend waren. Was ist die Folge davon? Das erwähnte Beispiel von dem Kinde spricht eine beredte Sprache. Die Urinanalyse zeigte, dass eine ziemlich starke Leberstörung vorhanden war, obwohl das Kind bestimmt keine kranke Leber besass. Die Mittel aber und die im Körper vorhandenen und nicht zur Ausscheidung gelangten Gifte haben sicherlich diese Leberstörung nebst einer Nierenstörung verursacht. Um diese wieder zu beheben, müssen Naturanwendungen eingesetzt werden, damit dieses an und für sich gesunde Kind vor völliger Erkrankung oder gar Siechtum bewahrt werden kann. Wäre man hingegen nur auf die scharf wirkenden Medikamente angewiesen, dann könnte man das Kind damit wohl noch einigermassen über Wasser halten, über kurz oder lang aber würde die sich zeigende Katastrophe doch unvermeidlich werden. Wenn man eine Krankheit coupieren will, dann sollte man nachträglich wenigstens zugleich noch dafür besorgt sein, dass die Gifte zur Ausscheidung gelangen können, was durch Schwitzverfahren oder andere Ableitungsmethoden erwirkt werden kann.

Angebrachte und verwerfliche Injektionen

Bei ganz schwierigen, kritischen Situationen, in denen man sich nicht anders zu helfen weiss, mögen diese modernen, starken Präparate gut sein. Sie mögen am Platze sein, wenn kein Arzt zur Verfügung steht, der in der Naturheilkunde oder in physikalischen Anwendungen bewandert ist, denn durch sie kann im Körper ein Waffenstillstand erwirkt, eine gewisse Zeitspanne gewonnen werden, um eine Erholungspause zu ermöglichen, die dann vielleicht ernährungstherapeutisch ausgenützt werden kann. Aber in solchen Fällen, wie der geschilderte, ist ein Unterbruch der Kinderkrankheit oder einer leichten Infektionskrankheit falsch und als unrichtig zu bezeichnen, denn man darf nicht nur den Kampf stoppen, sondern man muss, wie bereits erwähnt, auch dafür sorgen, dass die vorhandenen Gifte ausgeschieden werden, damit so eine richtige Heilung erwirkt werden kann.

Das rasche Beseitigen von Fieber ist daher gar nicht gut, denn das Fieber ist bekanntlich die natürliche Abwehrmethode gegen Eindringlinge oder gegen Gifte, die sich im Körper gesammelt haben, die aber verbannt und hinausgearbeitet werden müssen. Erst dann ist eine Heilung möglich. Lassen wir uns also in keiner Weise täuschen, und seien wir auf der Hut vor Mitteln, die den natürlichen Werdegang und Verlauf von Krankheiten ungünstig beeinflussen. Nicht auf die Methode kommt es an, sondern auf die Präparate, die zur Bekämpfung eines Uebels verwendet werden.

Biologischer Gartenbau

Wunder und Tücken

Es ist wirklich etwas Erfrischendes, morgens in aller Frühe in den Garten zu gehen, um immer wieder das Wunder zu erleben, wie sich aus kleinen und kleinsten Sämlingen Pflanzen entwickeln, und wie alles dankbar gedeiht, was man durch richtige Pflege zu fördern versteht. Die Wunder der Natur, die wir im Garten immer wieder erneut beobachten können, sind wahrlich ein Geschenk für jenen, der nicht im Strudel modernen Lebens untergetaucht ist.

Zwar gibt es auch im Gartenbau Tücken, mit denen man rechnen muss, denn wer gesunde Pflanzen ernten will, muss auch gesunde Voraussetzungen schaffen. Den Boden erhalten wir mit Kompost, mit Knochenmehl, mit natürlichen Düngemitteln gesund. Wenn wir dies beachten, dann haben wir auch einen guten Ertrag. Wir erhalten gesundes, haltbares, vitamin- und nährsalzreiches Gemüse. Das ist wichtig.

Schneckenplage

Wer in einem nassen Sommer über die Schneckenplage jammert, weil in der Nähe ein Grasgarten oder Wiesland steht, von woher diese Schädlinge stets freien Lauf haben, der kann diesem Uebelstand abhelfen, indem er den Spezialdünger «Bioforce» verwendet. Er ist nach meinen Prinzipien zusammengestellt und enthält wichtige Spurenelemente. Während er der Schneckenplage Abhilfe leistet, düngt er zugleich. Man streut nicht zu nah um die Setzlinge herum einen Kreis von diesem Dünger, indem man etwa 4—5 cm breit direkt ein helles Düngerband um die Pflanzen herum zieht. Dieses kann vorteilhaft auch um das ganze Bett gezogen werden. Es ist interessant zu beobachten, wie sich die Schnecken gegen den Dünger verhalten. Sie kriechen heran, gehen aber nur wenig in den Dünger hinein, tasten vorsichtig, schrecken sichtbar zurück und ziehen die Hörnchen ein, um plötzlich wieder umzukehren, zurückzugehen und den Setzling in Ruhe zu