Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 8 (1951)

Heft: 10

Rubrik: Kleine Ratschläge

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

wurde sie angewiesen, jeden Morgen nüchtern den Saft einer rohen *Kartoffel* in etwas warmem Wasser einzunehmen. Die *Ernährung* musste salz- und eiweissarm gehalten werden. Das Fleisch war nach Möglichkeit zu meiden, vor allem aber sollte auf Schweinefleisch, auf Wurstwaren, auf Käse und Eier Verzicht geleistet werden. Ebenso mussten alle gekochten Kohlsorten gemieden werden, wie auch sämtliche Fabrikkonserven. Statt dessen kamen *Salate* mit Citrone statt mit Essig zubereitet, in Betracht nebst gedämpften *Gemüsen*, hiezu noch *Naturreis* oder *Weizen*, *Buchweizen* oder *Hirse*. Auch viel frischer *Rüeblisaft* wurde empfohlen. — Die Patientin wurde noch im besondern angewiesen, ihrer *Darmtätigkeit* gute Aufmerksamkeit zu schenken und ja keine Verstopfung aufkommen oder gar anstehen zu lassen. — Obwohl nun die Patientin Ende Januar noch eine schwere Mittelohrentzündung bekam und böse Tage erlebte, hielt sie doch in allem durch, so dass ein erneutes Röntgenbild vom 19. März einen immerhin schönen Fortschritt feststellen liess. Der Arzt bemerkte dazu, das Geschwür sei noch nicht ganz weg, es sei noch ein kleiner Rand. Er riet der Patientin weiterhin sorgfältig zu essen und viel zu ruhen. — Zur völligen Ausheilung des Geschwürs wünschte die Patientin die Mittel nochmals und so konnte sie denn Mitte Juni folgenden erfreulichen Bericht abgeben:

> *«Habe alles regelmässig eingenommen. Auch im Essen war ich sehr bedacht, Ihrem Rat zu folgen und glaube bestimmt, dass ich es Ihrer Behandlungsweise zu verdanken habe, wieder so «zweg» zu kommen. Nach dem dritten Röntgenbild ist gar nichts mehr vom Geschwür am Magen zu sehen. Ich fühle mich auch meinem Alter entsprechend wieder wohl. Nochmals vielen Dank.»*

Solche Berichte sind doppelt erfreuend, wenn man bedenkt, dass die Patientin bereits in hohem Alter steht. Bestimmt wird es manch jungen Menschen anspornen im Krankheitsfall nicht weniger ausdauernd und konsequent zu sein, ist doch die Heiltendenz in jungen Jahren noch weit grösser als im Alter. — Noch zu bemerken ist, dass die Heilung noch rascher vor sich geht, wenn nicht nur roher Kartoffelsaft, sondern auch roher *Kohlsaft* verwendet wird. In der September-Nummer gibt der Artikel: «Rohsäfte, Heilsäfte» hierüber nähern Aufschluss.

AUS DEM LESERKREIS

Wirksamkeit einfacher Naturmittel

Frau L. aus O. schrieb am 23. Mai wie folgt:

> *«Leider hat mein Haemoglobin nicht die gewünschte Güte, nämlich nur 55 Prozent. Darum schicken Sie mir bitte umgehend: Vitaforce (ein Lebertranpräparat mit Orangensaft), Hagebuttenmark und Biocarottin (eingedickter Carottensaft).»*

Schon am 15. Juli ging folgender Bericht ein:

> *«Ich möchte Ihnen doch sagen, wie wundervoll Ihre Mittel gewirkt haben. Ich hatte nur 55 Prozent Haemoglobin und innerhalb von 3 Wochen stieg dasselbe auf 70 Prozent dank Ihrer vorzüglichen Mittel. Vielen, vielen Dank ...»*

Solch erfreuliche Berichte sind keine Seltenheit, denn was uns die Natur darreicht, vermag die Schäden auszubessern und zu beheben, insofern die Wahl der Mittel richtig und umfassend ist. Es kommt allerdings auch vor, dass die Schädigungen derart sind, dass sie nicht rasch behoben werden können, sondern dass sie stetige Konsequenz und Ausdauer beanspruchen, um sie wenigstens abzustoppen. Umdesto erfreulicher sind daher die erzielten Erfolge und es ist begreiflich, dass der dadurch Beglückte dankbar ist.

Rasche Heilung von Durchfall

Am 1. Juli 1951 schrieb Herr E. aus D. folgenden Bericht:

> *«Unser Kind Ruth, 10 Jahre alt, litt während 10 Wochen an heftigem Durchfall. Trotz ärztlicher Behandlung und strenger Diät, welche verordnet wurde, trat keine Besserung ein. Dann wandten wir uns an Sie. Ihre Mittel, die Sie uns unterm 20. April sandten, halfen innert 8 Tagen, so dass das Kind dann zu unserm Erstaunen alles essen durfte, und der Stuhl seither normal ist. Wir möchten Ihnen hiermit unsern innigsten Dank aussprechen. Wir waren wirklich in Not und wussten uns nicht mehr zu helfen ...»*

Tormentilla, die einfache Blutwurz hatte nebst weissem *Lehm*, nebst *Calcium-Komplex* und einem *Lebertranpräparat* die rasche Heilwirkung zur Folge. Es ist auch aus diesem Fall ersichtlich, wie rasch gute Naturmittel zu wirken vermögen, selbst in Fällen, in denen die allopathischen und chemischen Mittel versagt haben. Man glaubt meistens, die natürlichen Mittel seien viel schwächer oder gar zu schwach, um überhaupt wirken zu können. Dem ist aber nicht so. Sie sind nur nicht giftig und agressiv wirkend, aber in ihrer Angriffs- und Durchschlagskraft sind sie ebenso stark, vielfach noch stärker als die allopathischen Mittel.

Dankbare Briefe

Es ist immer erfreulich, wenn Briefe beweisen, dass unser Wirkungsfeld manche Kümmernisse des menschlichen Daseins zu beheben oder doch zum mindesten erträglich zu gestalten vermag. Es ist auch erfreulich zu beobachten, dass das natürliche Denken durch die «Gesundheits-Nachrichten» wesentlich geschult wird, so dass sich manch eine einsichtsvolle Frau und Mutter in den auftretenden Nöten selbst zu helfen weiss. Ein solches Schreiben sandte uns Ende Juni 1951 Frau B. aus B. Sie berichtete wie folgt:

> *«Nun sind es schon 4 Monate her, seit unser zweites Kind zur Welt kam. Dank Ihrer ausgezeichneten Mittel Hypericum- und Calcium-Komplex nebst Solidago ging die Geburt in zwei Stunden normal vorüber. Auch mit der Brust ging alles ohne Komplikationen, was ich beim ersten Kind nicht sagen konnte. Habe mich auch ziemlich gut und rasch erholt, nur jenen dicken Fluss, den ich letztes Mal hatte, habe ich auch diesmal wieder. Habe dann wie das erste Mal Sitzbäder und mit Molkenkonzentrat Spülungen gemacht, und auch die Weissflusskapseln eingeführt. Auch die Auflagen mit Kohl auf den Bauch halfen schön reinigen. Es floss wie aus einer eitrigen Wunde. Nahm dann noch im Wechsel mit Hypericum-Komplex Lachesis D 12. Es ist uns immer ein Trost zu Ihren Mitteln zu greifen, die nie versagen, wenn wir auch mit dem Essen ein wenig mithelfen. Bin so dankbar über die «Gesundheits-Nachrichten». Konnte schon viel daraus lernen. Wenn man Kinder hat, ist dies unentbehrlich. Wenn es nötig ist, dürfen wir ja auch am Telephon um Ihren Rat fragen, zu dem wir mehr Vertrauen haben als zu irgend einem Arzt. Als unser Sämeli seinen schlimmen Darmkatarrh bekam, war ich ganz verzweifelt zu sehen, wie das Kind jeden Tag abnahm. Als mein Mann dann Ihnen telephonierte, war ich etwas ruhiger, weil ich fest glaubte, dass Sie etwas zur Unterstützung aus Ihrem grossen Schatzkasten der Natur zu Sämelis Heilung hätten. Es geht ihm schon viel besser. Er hat auch wieder an Gewicht schön zugenommen. Der Lehm und der Mandelmilchschoppen wirken Wunder, auch das Calcium-Komplex und Avena Sativa kommt in den Schoppen.»*

Der Arzt riet Frau B. zwar vom empfohlenen Rüeblibrei abzusehen und statt dessen Bananen zu geben. Eine zu feste Darmtätigkeit aber kann sehr leicht durch 1 Tröpfchen Tormentilla ins Schöppchen reguliert werden. Bananen, wenn sie vollreif sind, sind sehr gut, doch sollten die Rüebli, da sie sehr wertvoll sind, auf keinen Fall ausgeschaltet werden. Auch beim Kleinkind ist zu beachten, dass es Schleim aus ganzem Korn erhält, denn die kleinen Kinder verdauen die Stärke überhaupt nicht, somit sind Mehle nicht angebracht. Bei Vollkornschoppen hingegen werden nur die äussern Schichten, nicht aber die Stärke gelöst, weshalb sie wertvoll sind. Solcherlei Ratschläge sind besonders dienlich, da die Pflege des Kleinkinds zum Teil noch auf verkehrter Grundlage ruht. Zwar wagt man heute mehr als vor 20 Jahren, auch beim Kleinkind möglichst naturgemässe Wege einzuschlagen, denn manch' ein Kind ist inzwischen schon auf diese Weise gross geworden und verhältnismässig leicht über die Klippen von Schwierigkeiten hinweggekommen.

KLEINE RATSCHLÄGE

Suppe gegen Darmträgheit

Es gibt eine Suppe, die morgens mit etwas Knäcke- oder Schrotbrot gegessen, hervorragend auf die Darmtätigkeit einwirkt. Ihre Zubereitung ist folgende: frisch gemahlener, reiner Weizenschrot wird morgens zur Suppe gekocht. Als Beilage dient eine kleine, zerschnittene Zwiebel und eine zerdrückte Knoblauchzehe. Nach dem Kochen wird noch etwas feingeschnittene Petersilie und ein Löffel reines Olivenöl beigegeben. — Dieses einfache Frühstück hat schon manchen von seiner Darmträgheit befreit. In hartnäckigen Fällen kann noch gemahlener Leinsamen oder Flohsamen beigegeben werden.

Kräuterauflagen

Kräuter, die innerlich auf ein Organ günstig einwirken, werden äusserlich, als Auflage angewandt, ebenfalls heilenden Einfluss ausüben. Es entspricht dies verschiedenen gesammelten Erfahrungen. Nierenmittel, wie Solidago, Birkenblätter, Zinnkraut oder andere mehr kann man zerquetschen oder durch die Hackmaschine treiben und roh auf die Nierengegend auflegen. Die äussere Einwirkung wird die innere wesentlich unterstützen.

Auf den Säftekreislauf, auf Stauungen im Gefässsystem wirken äussere Auflagen frischer Pflanzen ganz hervorragend. Die Frischpflanzentherapie lässt sich hiedurch auf einfache Art äusserlich anwenden. Wenn man z. B. Sauerampferblätter oder Blätter des grossen Ampfers, des so genannten Rossampfers oder auch Rhabarberblätter verwendet und sie gequetscht auf jene Stellen des Körpers legt, in denen sich Stauungen, Quetschungen, Anschwellungen und dergleichen mehr befinden, dann kann man dadurch eine hervorragende Wirkung erzielen, die manchen teuern Wickel mit Medikamenten zu ersetzen vermag. Verschiedene Blätter aus Flur und Garten können hiezu verwendet werden, nur dürfen es nie Blätter giftiger Pflanzen sein. Mit den Blättern von Rhus toxicodendron könnten wir Ausschläge hervorrufen. Auch Belladonna und andere Giftpflanzen dürfen nicht verwendet werden. Diese gehören lediglich in die Hand des erfahrenen Fachmanns und Heilpflanzentherapeuten. Die andern Blätterauflagen, wie z. B. die bekannten Kohlblätterwickel dürfen ohne Bedenken durchgeführt werden. Sollten sie stark aufwühlen, dann kann man die Dauer der Auflage verkürzen und von Zeit zu Zeit wiederholen.

Man hat auf diese Art und Weise stets einfache Hilfsmöglichkeiten zur Hand.

Verantwortlicher Redaktor: A. Vogel, Teufen

Pic-Fein solls sein!

Davon sind Sie erst recht überzeugt, wenn Sie wissen, dass infolge Lecithinzusatz dieses Speisefett äusserst leicht verdaulich ist, — sein Nährwert kommt eingesottener Butter gleich, wofür wir jederzeit garantieren.

HEINR. RUSTERHOLZ A.G. WÄDENSWIL

Chiropraktik

gibt dem Leben Jahre und den Jahren Leben!

Dr. EMIL SIEGRIST - ZÜRICH

Chiropraktor U.S.A.-Staatsdiplom - Anerkannt im Kt. Zürich
Stauffacherquai 58 - Telefon (051) 25.72.44
Röntgeneinrichtung

Wenn schon Teigwaren, dann Steinmetz VOLLWEIZEN-TEIGWAREN

Kräftig im Geschmack und von grossem Sättigungswert.
Sie enthalten den **Weizenkeimling.**
In allen Reformlebensmittel führenden Geschäften erhältlich.
Alleinhersteller: Geschw. Meyer, Teigwarenfabrik, Lenzburg

Die wertvollen Mineralstoffe in

Gerbers Hirsebiscuits

sind unentbehrlich für Kräftigung und Erhaltung von Zähnen, Haaren, Haut und Fingernägeln.
Erhältlich in allen Reformhäusern oder durch die Vertriebstelle J. von Tobel Moosseedorf (Bern).

Von eigenem Stand

Tessiner

Bienenhonig

(kräftiges Aroma), in 2- und 5-kg-Kesseli zu Fr. 6.— à kg und Fr. 1.— bzw. Fr. 2.— für Kessel und Porto verkauft **W. Wulff, Sementina** (Tessin).

Es können auch Kessel zum Füllen eingesandt werden.

Aeltere Person, Herr oder Dame, ev. pflegebedürftig, findet

HEIM

in kleiner Familie, schöne ruhige staubfreie Lage, Nähe Berns. Auf Wunsch können eigene Möbel mitgebracht werden.

Frau H. Baumgartner, Chalet Rainweg, Stettlen BE. Telephon (031) 67 10 26.

Unsere Kunden - unsere Freunde!

Wir bemühen uns täglich, im Kunden zuerst **den Menschen** zu erblicken und ihn als Freund zu gewinnen. Alles bei uns — die zweckmässige Einrichtung, der helle Raum, Güte und Preis der Ware, die frohe Atmosphäre sowie **die Bereitschaft zu helfen** — soll diesem einen grossen Ziel dienen. Mögen wir es erreichen!

NB: Es gibt wieder Reform-Sauerkraut!

Reformhaus Müller-Stricker
Zwelerstr. 120
Zürich 3

Lieferungen:
Zürich ab Fr. 10.- ins Haus, auswärts ab Fr. 20.- franko.

Tüchtige

Maschinenschreiberin

findet bei uns ein ideales Tätigkeitsfeld in der Erledigung der Patientenkorrespondenz. Seriöses Mädchen, das Interesse und Liebe zur Naturheilmethode besitzt, möchte sich umgehend melden.

A. VOGEL, Laboratorium «Bioforce», TEUFEN

Es gibt selten eine Frau ...

die ihn nicht rühmt und schätzt, nämlich den

ASCHNER-TEE

Er behebt Verstopfung, reguliert die Verdauung, wirkt leicht und mild entfettend und recht günstig bei Wechseljahrbeschwerden. — In Apotheken und Drogerien oder direkt bei Büchler & Co., Niederteufen. Preis Fr. 1.80.

Der Kälteeinbruch / nasskaltes Wetter / der Föhn } lösen Katarrhe aus!

Santasapinasirup

mit rohem Tannenknospensaft hilft am raschesten!

Erhältlich in den Reformhäusern. Wo nicht, direkt zu beziehen durch das Laboratorium «Bioforce» Teufen.

Wurzel-Tee

Einer der wirksamsten Tee bei:
Arthritis - Rheumatismus - zur Blutreinigung
Ein Versuch überzeugt! Erhältlich in Apotheken/Drogerien, wo nicht bei: Büchler & Co., Niederteufen