

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 9 (1952)  
**Heft:** 3

**Rubrik:** Kleine Mitteilung

### **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:** 25.12.2025

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

## WARENKUNDE

### Roher Kartoffelsaft

Im Januar ging von Frau S. aus G. eine Frage ein, ob roher Kartoffelsaft für die Augen schädlich sein könne. Ein junger Bauer habe ihr gesagt, dass rohe Kartoffeln z. B. für das Vieh nicht gut seien, es werde blind davon. Die Patientin befürchtete seit diesem, dass ein gewisses komisches Gefühl in den Augen, als ob man eine Haut wegziehen könne, vom Genuss des rohen Kartoffelsaftes herühre. — Der Bauer, der ihr diese Furcht eingebracht hat, hat wohl selbst nicht beobachtet, ob die Tiere durch die Fütterung frischer oder alter Kartoffeln schaden gelitten haben. Wenn die Kartoffeln alt sind und Keime besitzen, dann darf man sie nicht mehr verfüttern oder für sich geniessen, ohne die Keime gut zu entfernen. Nur in den Keimlingen der Kartoffeln befindet sich Gift, das sogenannte Solanin, das unter Umständen schädigend auf die Augen einwirken kann. Wer jedoch frische Kartoffeln zu rohem Saft verarbeitet oder bei alten Kartoffeln die Keime gründlich entfernt und ausschneidet, der muss keine Befürchtungen haben, der rohe Saft könne ihm schaden. Im Gegenteil, der sorgfältig gewonnene rohe Kartoffelsaft hat schon manches Leiden behoben, denn er wirkt heilend bei Magengeschwüren, behebt auch sonstige Magenstörungen und wirkt durch seine basischen Stoffe ausgezeichnet bei Rheuma und Arthritis, da die Harnsäure dadurch gebunden wird. Er besitzt also keine vergiftende Wirkung, wenn darauf geachtet wird, dass das Solanin der Keime nicht damit in Berührung gerät.

## KLEINE MITTEILUNG

### Gelbe Rüben als bester Gemüseartikel

Die den Winter über abgehaltenen Vorträge haben allgemein Freude bereitet, sowohl mir selbst, als auch dem aufmerksamen Publikum, das allerorts die Säle füllte. Als ich im Gebiet von Thun und Spiez weilte, teilte mir die Frau eines Verwalters der dortigen landwirtschaftlichen Genossenschaft erfreulich mit, ihr Mann habe festgestellt, dass er nicht mehr genügend Rüebli beschaffen könne, seit die «Gesundheits-Nachrichten» nebst meinen Vorträgen über die gute Wirkung der Rüebli Aufschluss gegeben haben. Dadurch sind nun die Rüebli der beste Gemüseartikel für die Genossenschaft geworden. Dies ist erfreulich, denn erstens wird im Interesse der Landwirtschaft ein wertvolles Bodenprodukt vermehrt gebraucht und zweitens haben die Käufer durch diesen Mehrkonsum einen grossen Nutzen. Es ist dies ein sprechender Beweis für die landwirtschaftlichen Betriebe, dass eine Berücksichtigung der neuzeitlichen Ernährung auch in ihrem geschäftlichen Interesse liegen würde. Je mehr Rüebli und Rüebliensaft, je mehr Frischgemüse im allgemeinen konsumiert wird, umdestomehr lohnt sich ein nützlicher Anbau, weshalb er ohne Bedenken berücksichtigt werden kann. Es kommt bestimmt auch der Landbevölkerung sehr zugute, wenn die eignen, gesunden Erzeugnisse auf dem Tisch erscheinen, so dass die Familie reichlich Nutzen daraus ziehen kann.

Verantwortlicher Redaktor: A. Vogel, Teufen

## Vorträge von A. Vogel, Teufen

Meinem Versprechen gemäss möchte ich die Vorträge in Thun und Bern wiederholen, da in beiden Städten die Säle überfüllt waren und viele nicht mehr Platz finden und wieder nach Hause gehen mussten.

### Thun

Montag, den 21. April 1952  
im grossen Saale des Hotel Freienhof  
Thema: Nerven-, Gemüts- und Seelenpflege.

Als zweiter Teil:

Wie können wir helfen und heilen mit dem was wir in Küche, Keller, Haus und Hof haben? (Zwiebel, Meerrettich, Knoblauch, Peterli, Kartoffeln, Kohlblättern und allerlei Anwendungen).

### Bern

Dienstag, den 22. April 1952  
im grossen Saale des Volkshauses  
Thema: gleich wie oben.

Weitere Vorträge folgen in Burgdorf, Herzogenbuchsee, Solothurn, Biel, Basel, Olten, Weinfelden event. Luzern, Rütli und Wald. Genaueres folgt in der April-Nummer.

## Eine ideale Lebensaufgabe

erfüllen zu können, ist das Ersehnte vieler Menschen. Wer möchte seinen Talenten und Veranlagungen entsprechend, nicht am rechten Platze stehen? Wenn uns unsere Arbeit aber befriedigt, dann bewältigen wir sie viel leichter und ohne zu grossen Kraftaufwand.

Viele Menschen stellen sich nun aber eine ideale Arbeit in einem schwärmerischen Geist vor und vergessen dabei, dass die Vorstellung meist anders ist als die Wirklichkeit. Wenn wir nun aber in unserm Berufsleben, auf unsrer künstlerischen Laufbahn oder auch in unsrer Ehe die Klippen der Wirklichkeit nicht weise beachten, dann werden wir auch das gewünschte Ziel nicht erreichen. Ausdauer und tiefes Verständnis aber bringen uns unserm Ideal näher, und lassen es uns noch reichhaltiger und schöner gestalten, als es uns unsere Vorstellung entwarf.

Etwas vom Schönsten ist der Helferberuf. Menschen, die zum Helfen geboren sind und ein Helferbedürfnis in sich haben, tragen an den Lasten ihres Berufes nicht schwer, wenn sie dadurch andern helfen können. Wer aber nur seine eigenen Interessen in den Vordergrund stellt, ist zum Helferberuf nicht geeignet, da er sich und andere nur enttäuscht und sich Zeit und Einarbeitungsmühe nicht lohnt.

Die Freude, Tausenden jährlich helfen und raten zu können, lässt uns die vielen Mühen, die aus der grossen Inanspruchnahme entstehen, immer wieder überbrücken. Ohne entsprechende Hilfskräfte aber, die uns treu und redlich zur Seite stehen, ist es uns nicht möglich, alles zu bewältigen, was an uns herantritt.

*Wir brauchen nun wieder einige Hilfskräfte*, da uns etliche verlassen. Eine zuverlässige Kraft, die uns schon längere Zeit treue Dienste leistete, muss zur Pflege ihrer kranken Mutter heimkehren. Wenn sie auch ihre interessante Tätigkeit nicht gerne verlässt, so kann sie ihre Eltern doch nicht im Stiche lassen.

Dieser Posten nun könnte neu besetzt werden durch ein gesundes, gewissenhaftes Mädchen mit guter Auffassungsgabe und Ordnungssinn. Abfüllarbeiten, wie auch das zuverlässige Rüsten von Mittel-Bestellungen sind nebst dem Anleiten und Ueberwachen unterstellter Hilfskräfte die hauptsächlichsten Arbeiten, die erledigt werden müssen. Wer sich um den Posten bewerben möchte, soll sich mit kleinem Lebenslauf, mit Photo und genauer Offerte bei uns melden.

Auch auf dem Bureau verlässt uns eine tüchtige Kraft, um ins Ausland zu gehen, und wir benötigen Ersatz zur Erledigung der Bureauarbeiten, vor allem der Patientenkorrespondenz. Eine tüchtige *Maschinenschreiberin*, die Liebe und Verständnis für solch interessantes Arbeitsfeld besitzt, möchte uns ebenfalls ihre Offerte einreichen. Beide Posten eignen sich auch für Krankenschwestern. Beim ersten fällt mehr praktische Begabung ins Gewicht, beim zweiten aber gutes Schreiben und Sinn für die neuzeitliche Lebensweise.

Moderne Menschen, die nur auf Vergnügen, auf Kino und Anlässe eingestellt sind, sind bei uns nicht am rechten Platz. Wir können nur naturverbundene Menschen brauchen, die gerne in einer schönen Gegend wohnen und dabei ihre Arbeit mit Liebe und Sorgfalt erledigen. Wer eine gewisse Lebensaufgabe darin erblickt, andern helfen zu können, kann sie bei uns finden. Wir freuen uns, wenn uns dadurch in reicherm Mass die Möglichkeit geboten wird, allen, die sich in seelisch und körperlich bedrängter Lage an uns wenden, mit den richtigen Mitteln und Ratschlägen helfen zu können.

Wer schon etwas von der Naturheilmethode kennt, ist besonders willkommen. Ich hoffe, unter den vielen, begeisterten Lesern der «Gesundheits-Nachrichten» die richtigen, treuen Hilfskräfte zu finden, die sich an unserm Helferberufe freudig beteiligen, damit er vielen noch weiter zum Segen reichen kann.

### Wir danken

allen Lesern der «Gesundheits-Nachrichten», die bereits ihr Abonnement pro 1952 erneuert haben. Wer seinen Verpflichtungen noch nicht nachgekommen ist, möge dies bitte bald tun. Dadurch erspart man sich Nachnahmespesen und verhindert die Unterbrechung in der Zustellung der Zeitschrift. Der Einzahlungsschein lag der Dezember-Nummer bei. — Im Monat März werden die *Nachnahmen* versandt.

### Keine Familie

sollte es geben ohne Kenntnis der Naturheilmethode von Frau Maria Schlenz über Kräuter, Wickel, Pakkungen, Bäder — auch zum Hausgebrauch — Grosse Ausgabe, überarbeitet von Dr. J. Schlenz, 6. Auflage, 260 Seiten Fr. 9.50 — Auszug (von P. Häusle) Fr. 1.20. Zu beziehen von P. Häusle, Zürich 6/33