

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 9 (1952)

Heft: 5

Rubrik: Fragen und Antworten

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>

reich angewandt werden. Aber bei uns ist sie nicht heimisch, darum muss ich nicht befürchten, eines Tages auch solche Gäste beherbergen zu müssen. Es ist zwar nicht so schlimm, wenn man bedenkt, dass die Mistel eine hilfreiche Pflanze ist!» «Ja, das will ich auch meinen,» erwiderte die hohe Linde, «denn das ist ja gerade das Ausschlaggebende, warum wir Laubhölzer unsren gelblich-grünen Halbschmarotzer immerhin noch mit einer gewissen Genugtuung tragen und ernähren. Nur eben, für die Apfelbäume, die ihre Früchte hervorbringen müssen, ist es bestimmt eine grössere Last sie zu beherbergen als für uns.» «Ja, da magst du vollends recht haben. Auch für uns Weisstannen und die Kiefern dort drüber auf dem schmalen Felsrücken ist es nicht so schwer, wenn wir Misteln in unsren Aesten dulden müssen. Jeder von uns zweien wird allerdings wieder von einer andern Sorte bewohnt. Am besten aber gefällt es mir, wenn zur Winterszeit die kahlgewordenen Laubhölzer sich mit den grünen Mistelbündeln zieren. Sie geben besonders den hohen Eschen am Seeufer ein eigenes Gepräge, das uns ganz an unsere südländischen Baumfreunde erinnert.»

«Ja, sie sind ein eigenartiges Volk, unsere Misteln,» berichtete nun die Linde. «Lange hat man sie verschrien und verleumdet und gesagt, sie seien giftig. Auch schlimme, geheimnisvolle Kräfte schrieb man ihnen zu, ja, man brachte sie sogar in Verbindung mit dem Treiben von Hexen und Zauberern.» «Ach, die Armen,» erwiderte bedauerlich die Eiche, «auch mir haben die Menschen seinerzeit ein mystisches Mäntelchen umgehängt, und dabei ist es mir doch am wöhlsten, wenn ich natürlich sein kann, so, wie mich der Schöpfer erschaffen hat. Auch die Mistel ist weiter nichts anderes als eine bescheidene, harmlose Helferin. Dass sie ihre Wohnstätte bei uns hat, ist vielleicht gerade nötig, um ihre besondere Hilfeleistung zu stande bringen zu können. Die wertvollen Kräfte, die sie in den Zellen ihrer Zweige aufbewahrt, waren in früheren Zeiten bekannt, doch allmählich sind sie in Vergessenheit geraten. Denkt euch nur, gegen Krebs soll es außer der roten Petasites, auch Pestwurz genannt, keine bessere Hilfe geben. Mit jener, die ihr dort unten am Seeufer blühen sieht, teilt die Mistel den Ruhm, und legen sich gleichzeitig beide ins Werk, dann ist die Wirkung bei schweren Leiden noch weit erspriesslicher, als wenn nur eine von ihnen helfen würde. So ist es auch bei schwerer Arthritis, bei der beide zusammen Wunderbares zu leisten vermögen.»

«So, dann soll mich dies ganz besonders freuen,» gab mit Genugtuung die Esche zurück, «dann will ich mich nicht mehr länger beklagen, dass ich für meine Gäste zu sorgen habe, denn gerne hilft man mit, wenn dadurch zum Wohle der andern geholfen wird.» «Sicherlich wird es dich da auch freuen, zu vernehmen, dass besonders die alten Leute der Mistel Gutes zu verdanken haben. Sie ist für sie eine förmliche Wohltat.» «Wirklich? wunderte sich die Esche und die Linde erklärte weiter: «Nimmt bei den ältern Leutchen die Spannkraft der Adern ab, dann ist unsere Mistel eine Helferin in der Not, die nie versagt, falls man zugleich noch eine Naturreisdiät und salzarme, leichte Kost einschaltet. Wenn das Herz den Kreislauf nur noch mit einem hohen Druck aufrecht erhalten kann, wenn ein Flimmern vor den Augen das Sehen erschwert und ein Hämmern in den Schläfen die drohende Gefahr eines Schlaganfalles meldet, dann ist es an der Zeit, sich der heilsamen Mistelsäfte zu erinnern. Eines muss man dabei allerdings beachten, denn das Kochen oder Erhitzen ertragen diese Heilsäfte nicht, weshalb ein Tee oder Absud nicht wirksam ist. Man muss daher den rohen Saft verwenden oder aber zum Frischpflanzenextrakt Zuflucht nehmen. Getrocknet wirkt unsere Mistel höchstens, wenn sie als Pulver eingenommen wird. Bekanntlich werden die Blutgefäße durch den Mistelsaft erweitert, weshalb auch nervöse Herzstörungen zum Verschwinden gebracht werden können.» Sichtlich befriedigt hatte die Esche den Erklärungen zugehört, und mit tiefem Atemzug meinte sie beruhigt: «Wenn dem so ist, dann

werde ich mich in Zukunft darüber freue, auf diese Weise am Helfen mitbeteiligt zu sein. Nun ist es mir keine Last mehr, euch Misteln als Gäste zu beherbergen. Freut euch also wie anfangs über euern schönen Wohnplatz. Eure Dankbarkeit spricht an. Es gibt genug Murrende, die mit ihrem Lose nie zufrieden sind. Wir wollen es nicht mit ihnen halten, denn nur der ist glücklich, der aus kleinen Werten Gutes wirkt und sich am Unscheinbaren erfreuen kann.»

FRAGEN UND ANTWERTEN

Anfragen durch den Fragekasten sind für alle Abonnenten der „Gesundheits-Nachrichten“ gratis. Für briefliche Rückantwort ist eine 20er-Marke beizulegen. Anfragen sind direkt an A. Vogel, Teufen (Appenzell) zu richten.

Behebung von Schwangerschaftsbeschwerden und Erleichterung der Geburt

Es ist eine erwiesene Tatsache, dass während der Zeit der Schwangerschaft das Venensystem sehr stark belastet ist, so dass sich des öfters durch Krampfadern, Thrombosen, Venenentzündung und Hämorrhoiden unliebsame Störungen einstellen. Wie diesen beizukommen ist und wie durch die Pflege der Venen auch eine Geburterleichterung erwirkt werden kann, zeigen folgende Berichte. Am 30. März 1952 schrieb Frau Dr. H. aus Zürich:

«Zuerst kann ich Ihnen die freudige Mitteilung machen, dass unser Kindchen am 6. Februar gesund und auf normalem Wege zur Welt gekommen ist. Sie erinnern sich vielleicht, dass das erste Kind wegen mangelnder Wehentätigkeit eine Kaiserschnittgeburt war. — Diesmal habe ich mehr Glück gehabt. Ich bin sicher, dass ich es zu einem grossen Teil dem Calcium- und Hypericum-Komplex zu verdanken habe. Nach der Geburt war ich sehr rasch wieder hergestellt und fühlte mich, trotzdem ich sehr viel arbeiten musste, wohler als je. Ich möchte es nicht unterlassen, Ihnen von Herzen zu danken. Ich habe auch die Kuhneschen Reibesitzbäder während 7 Monaten gemacht. All dem hatte ich die gute Geburt zu verdanken. Ausser den Presswehen, deren es aber nur einiger weniger bedurfte, darf ich sagen, dass die Geburt nicht sehr schmerhaft war....»

Da die Nachgeburt angewachsen war und unter Narkose gelöst werden musste, verlor die Patientin sehr viel Blut, das sie aber durch tägliche Einnahme von 1 bis 2 Glas Rüebliasaft rasch wieder mehrte. Auch rohe Brennesseln sind in dem Falle günstig. Die Schuld an diesem Misstand ist dem bei der ersten Geburt erfolgten Kaiserschnitt zuzuschreiben, denn ein solcher Eingriff ist eben nicht normal und kann infolgedessen seine nachteiligen Folgen zeitigen. Die Patientin beanstandete ferner noch, dass sich die Periode noch nicht wieder eingestellt habe. Während der Zeit des Stillens sollte sie sich allerdings nicht melden, stellte man aber nicht, dann ist es gut, die Eierstücke anzuregen, was durch Ovasan, durch Quendel- und Senfsitzbäder geschehen kann. Zum Regenerieren der ausgedehnten Bänder und Bindegewebe ist Calc. fluor. D 6 und Galeopsis sehr zu empfehlen. Auch Bauchatmungsgymnastik und verschiedene Turnübungen zum Trainieren der Muskulatur sind sehr gut. Ebenso hilft auch das Einreiben von Wallwurztinktur. Hämorrhoiden sind erweiterte Darmvenen, gewissermassen Krampfadern im Darm. Es ist daher nicht erstaunlich, dass die Venenmittel auch diesen Umstand günstig beeinflussen. Der gute Verlauf der Geburt ist doppelt erfreulich, da die Patientin ein Jahr zuvor eine starke Nierenstörung hatte.

Auch Herr M. aus L. konnte Mitte Februar dies nach der Geburt eines Töchterchens über den Zustand seiner Frau Ähnliches berichten:

«Die Geburt ist wirklich sehr gut und verhältnismässig rasch vorbei gegangen. Die Hämorrhoiden, die anfangs der Schwangerschaft meine Frau plagten, sind verschwunden und auch nach der Geburt nicht mehr zum Vorschein gekommen. Für Ihre Mittel und Ratschläge möchten wir Ihnen nun noch unsern besten Dank aussprechen.»

Nebst den beiden bekannten Venenmitteln wurden auch noch der Extrakt aus der Rosskastanie, nämlich Aesculus hippocastanum, wie auch Nierenmittel eingesetzt. Unter Hinweis auf die in der August-Nummer 1951 erschienenen «Schondiät», wurde der Patientin die Nahrung anempfohlen, und es ist sehr erfreulich, dass sie durch ihren Mann so guten Erfolg melden konnte.

Wie diese Behandlung auch den Krampfadern beizukommen vermag, meldet der Bericht von Frau D. aus M. vom 25. Februar:

«Ich möchte Ihnen auch noch melden, dass ich mit den Venenmitteln sehr guten Erfolg hatte. Die dicken Krampfadern, die sich in den letzten Schwangerschaftsmonaten zeigten, sind nach der Geburt unseres Töchterleins vollständig verschwunden. Ich bin dankbar für Ihre guten Mittel.»

Desgleichen schrieb Herr B. Ende Januar aus Südafrika, indem er für den Hypericum-Komplex dankt, der seiner Frau erstaunlich gut getan habe. Da die dritte Schwangerschaft eingetreten war, verlangte er diesen wieder und zwar gegen die sich erneut einstellenden gleichen Beschwerden angeschwollener Venenstränge. Zur besseren Hilfeleistung wurden ihm alle drei Venenmittel zugestellt, wie auch die entsprechenden Ratschläge einer naturgemäßen Lebensweise empfohlen.

Einen günstigen Verlauf von Venenentzündung mit Thrombosen schilderte Frau S. aus R. Ende November 1951 klagte sie während ihrer 3. Schwangerschaft über die erwähnten Schwierigkeiten, gegen die der Hausarzt nur Lehmwickel verschrieb. Die beiden ersten Geburten waren gut verlaufen, nur nach der zweiten hatte sich im rechten Kniegelenk eine Thrombose eingestellt. Da die Patientin auch noch über sehr dicke Beine zu klagen hatte, erhielt sie zur Anregung der Nierentätigkeit mit den üblichen Venenmitteln und dem Rat eine Schondiät durchzuführen, auch noch Nierentee und Solidago. Zugleich mit der Venenentzündung und den Thrombosen wurden auch noch die sehr grossen Krampfadern günstig beeinflusst.

Nun schrieb Mitte Februar die Patientin erfreut:

«Obwohl ich mir nicht viel Ruhe gönnen konnte, geht es mir verhältnismässig sehr gut. Ihre Mittel sind so gut gewesen, dass alle meine Thrombosen am rechten Bein verschwunden sind. Der Arzt war bei meinem letzten Besuch sehr erstaunt, dass eine so schwere Venenentzündung mit so vielen Thrombosen während einer Schwangerschaft geheilt sind. Auch sind jetzt keine Zinkverbände mehr nötig, worüber ich sehr froh bin.»

Alle diese Berichte sind ermutigend und beweisen, dass naturgemäße Hilfeleistung und Lebensweise auch schwierige Situationen günstig zu beeinflussen und zu regenerieren vermögen.

AUS DEM LESEKRIS

Schulmüdigkeit und Erkältungen

Es ist nicht verwunderlich, wenn Kinder, die leicht an Erkältungen leiden, auch einer gewissen Schulmüdigkeit zum Opfer fallen. Wie Frau B. aus R. diesem Umstand Rechnung trug, berichtet ihr Schreiben vom 12. Januar 1952:

«Beim Einkauf im Reformhaus habe ich zufällig eine Ihrer «Gesundheits-Nachrichten» erwischen und sie auch gründlich gelesen. Ich war begeistert über soviel erfreuliche Nachrichten. — Nun möchte ich Sie bitten, für unsere zwei Buben, im Alter von 5 und 11 Jahren, Calcium-Komplex zu schicken. Sie sind sonst gesund, aber im Winter oft Schnupfen und Husten unterworfen. Der Ältere ist zudem oft von einer richtigen Schulmüdigkeit befallen, und ich glaube bestimmt, dass ihm ein «Zustupf» dieses Mittels von Nutzen sein würde.»

Es wurde nun der Mutter geraten, auch das kieseläurehaltige Galeopsis (Hohlzahn) nebst einem Lebertranpräparat mit Orangensaft und gegen die Schulmüdigkeit im besonderen noch Avena sativa und Acid. phos. D 4 einzugeben. Gleichzeitig wurde als unbedingte Notwendigkeit auf die Nahrungshingewiesen. Am 26. Februar erfolgte ein erfreulicher Bericht:

«Ich möchte mit der Kur noch ein wenig fortfahren, trotzdem der Erfolg bei beiden Kindern glänzend ist. Der Ältere, der mir wirklich Sorge macht, ist wie umgewandelt. Sein nervöses Wesen und die Schulmüdigkeit sind verschwunden. Auch finden wir, seine Gesichtsfarbe sei viel frischer...»

Auf solch einfache Art und Weise können oft Misstände behoben werden, die sich im Seelischen und Geistigen unliebsam auswirken. Schulmüdigkeit ist keine angenehme Sache. Man kann ihr auch mit genügend Schlaf und Zureden alleine nicht beikommen, denn sie ist meist durch einen körperlichen Mangel bedingt. Ist dieser behoben, dann wird auch die Begleiterscheinung sehr leicht wieder ins richtige Geleise kommen. Gut ist es in solchem Falle, wenn man sich mit dem Erfolg nicht ohne weiteres zufrieden gibt, sondern ihn durch eine Nachkur festigt.

Gallensteinkur

Der Bericht, der in der Februarnummer über eine wirkungsvolle Gallenkur erschienen ist, hat eine Patientin veranlasst, eine solche ebenfalls durchzuführen. Auch bei ihr ist die gute Wirkung nicht ausgeblieben, so dass sie uns am 19. Februar 1952 berichten konnte:

«Habe nach Ihrer letzten Zeitung die Gallenkur mit Erfolg durchgeführt. Es gingen etwa 50 bis 60 Steine fort. Besten Dank für den guten Rat. Frau A. aus K.»

Es ist erfreulich, wenn die Patienten die Energie aufrufen, um sich gute Erfahrungen und Ratschläge erfolgreich zunutze zu machen. Der Schmerz wirkt da wie ein Diktator, was zwar in dem Falle äusserst günstig ist, denn sehr oft lässt man aus Nachlässigkeit oder Bequemlichkeit einen Uebelstand einfach anstehen, wenn schon es weit einfacher wäre, ihn in akutem Zustand zu beheben. Chronische Leiden beanspruchen stets mehr Mühe und Geduld.

WICHTIGE MITTEILUNG

Unsere Kinder und ihre Ferien

Wenn wir an frühere Zeiten denken, staunen wir immer wieder, wie rasch sich doch das Blatt gewendet hat. Jeder neue Hauch, der irgend eine Gedankenwelle mit sich brachte, hat seine Spuren auch bei unsrern Kindern hinterlassen. Ist es verwunderlich, dass unsere Jungwelt eine andere Stellung einnimmt als früher, dass sie trotz Sport gesundheitlich viel gefährdet ist und in geistiger Hinsicht vor Gefahren gestellt wird, an denen wir Erwachsenen oft achtlos vorüber gehen. Zugegeben, manche Kinder haben es schöner als früher, besonders, wenn die Eltern Verständnis und Zeit für sie erübrigen können und nicht in einen Knäuel von Pflichten verwickelt sind, der ihre Nerven bis aufs Äusserste anspannt. Es gibt aber auch Eltern, die keine Zeit haben, weil sie gesellschaftliche Beziehungen pflegen müssen oder aber der Vergnügungssucht frönen. Welche Gründe auch immer mitspielen mögen, die Atmosphäre ungemütlich zu gestalten, immer färbt dieser unliebsame Umstand auf die Kinderwelt ab. Aber auch die Umwelt im weiten Kreise hinterlässt ihre Spuren und es ist immer ein Glück, wenn unsere Kinder gute Lehrer, gute Freunde, gute Nachbarn finden, damit sie nicht durch ungünstige Einflüsse aus dem guten Geleise geworfen werden. Nicht immer vermag das Elternhaus alles, was auf die Kinder einstürmt, wohlweislich zu überwachen und nicht jedes Kind ist gleich widerstandsfähig, um äussern Eindrücken und Einflüsterungen nicht zu erliegen.

Manchen Eltern, denen es nicht möglich ist, zur Sommerzeit mitsamt den Kindern in die Sommerfrische zu ziehen, erwächst daher eine nicht geringe Sorge, wenn sie ihre Kinder dem Zufall überlassen müssen. Welche Beruhigung aber, wenn sie ihre Kinder einer Führung anvertrauen dürfen, die unliebsame Einflüsse fernhält! Wie angenehm, wenn ein fröhler Geist die Kinder unter ihresgleichen zusammenhält, so dass sie sich entspannen beim Spiel und Wandern, beim Singen und Musizieren, in angenehmer Beschäftigung oder beim Ruhen. Wie schön, wenn die Bergwelt mithilft, den Staub des Alltags abzuschütteln, wie schön, wenn sie zusammen mit einer gesunden Ernährung braune und rote Wangen malen!

Wer also will heute schon an jene frohen Sommertage denken? Zwar ist es noch etwas verfrüht, aber immerhin gut, wenn man seine Kinder frühzeitig da unterbringen kann, wo sie finden, was ihnen frommt.

Nur ein beschränkter Platz steht zur Verfügung in jenem stillen Tal, durch das der junge Inn rauscht. Wie ein Spielzeug fährt das zum Teil rote Engadinerzüglein aus dem Wald heraus, hoch über den Wassern des Inn über ein Viadukt dahin, um im Tunnel des Berges zu verschwinden. Mit stetig erneuter Freude und sichtlichem Vergnügen werden die Kinder einige Male im Tag dieses kleinen, lieblichen Schauspiel von ihrer neuen, stillen Bergheimat aus genießen können! Noch vieles andere wird sich ihnen bieten, stillen Bergmatten und würzige Walduft, Sonnenschein und blauer Himmel. Doch kommt selber und schaut, ob euch das Flecklein Erde nicht ein sommerlicher Zufluchtsort bedeutet, fern vom Druck der Städte mit ihren mannigfachen gesundheitlichen Anforderungen.

So leicht vergisst ein Kind jenen Ort nicht mehr, an dem es eine schöne Ferienzeit verbringen konnte. Also, überlegt es euch gut, bevor ihr euer Bündelein packt und wählt den Ort, der euch gesundheitliche Vorteile und liebe Erinnerungen bietet! Entschliesst euch für das Kinderheim Vogel in Brail, dem kleinen Dorf im Unter-Engadin! (Näheres siehe Inserat).