

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 9 (1952)
Heft: 11

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>

heilwirkender Pflanzen gemeinsam gegen Leid und Not zu helfen und zu heilen vermögen, erhöht meine Lebensfreude und bestimmt auch die eure. Nur Unvorsichtigkeit und Unkenntnis kann das, was zum Heile geschaffen worden ist, in Leid verwandeln, darum ist es gut, wenn man den Tag nicht verträumt, denn Wissen und Geschicklichkeit schöpft man nur aus fleissigem Bemühen. Denken und Forschen lohnt sich, darum wollen wir uns wieder einmal über solch wichtige Fragen zusammen unterhalten.» Diesem Vorschlag der Stechpalme stimmt alle freudig zu und ein prächtiger Herbstmorgen endete befriedigt in sinnvoller Betrachtung und gegenseitigem Gedankenaustausch.

FRAGEN UND ANTWERDEN

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.

Sehnenscheidenentzündung

Wer schon unter diesem Uebel gelitten hat, weiss, dass es Geduld braucht, solches wieder zu heilen. Frau P. aus S. schrieb am 9. März dieses Jahres um diesbezügliche Hilfe für ihren Mann, wie auch für den Sohn:

«Mein Mann und mein Sohn haben in einem Handgelenk bei etwas strenger Arbeit Schmerzen. Der Sohn war schon in ärztlicher Behandlung, und es hieß, es sei eine Sehnenscheidenentzündung, was nur zu beheben sei durch Gipsverbände für einige Wochen. Es hat dann auch gebessert, aber nur für kurze Zeit, und dann war die gleiche Sache wieder da. Und nun hat mein Mann die gleiche Geschichte auch bekommen. Er war aber noch nicht bei einem Arzt. Nun möchte ich Sie fragen, ob Sie vielleicht ein Heilmittel dafür hätten?»

Den beiden Patienten wurde geraten, die schmerzende Hand zu schonen, sie also nicht übermäßig anzustrenzen. Dann wurde folgende Anwendung verordnet. Die schmerzende Stelle musste mit Wallwurztinktur eingerieben werden und zwar im Wechsel mit Einreiböl. Nachts erfolgten aufs Gelenk warme Lehmwickel, mit Zinnkraut und gelbem Lehm zubereitet und mit einem warmen Tuch umwunden. Die folgende Nacht wechselte man die Anwendung, indem nun Kohlblätterauflagen erfolgten, die mit gequetschten Kohlblättern und ebenfalls einem warmen Tuch vorgenommen wurden. Innerlich kamen Hypericum- und Calcium-Komplex zur Anwendung. Ferner wurden viel Rohsalate aus Rüebli, Kohl und Kabis, fein geraffelt, verordnet, da in solchen Fällen der Mineralstoffgehalt der Rohgemüse sehr günstig wirkt. Schon am 22. Mai konnte Frau P. erfreut schreiben:

«Bei meinem Mann hat es fast restlos gebessert. Er spürt sozusagen nichts mehr.»

Da beim Sohn diese Besserung noch nicht festgestellt werden konnte, weil die Erkrankung viel stärker aufgetreten war, verlangte Frau P. noch stärkere Mittel für ihn, worauf wir noch das Kieseläurepräparat Galeopsis zusandten wie auch noch das pflanzliche Antibiotika Usnea, das aus Lärchenmoos hergestellt wird, gegen Entzündungen sehr gut wirkt und auch die Widerstandskraft des Körpers erhöht. Um die Wirkung der Lehmwickel zu mehren, legten wir noch Johannisöl bei, das unter den Lehm brei gemengt werden sollte. Die Anwendungs- und Ernährungsvorschriften mussten fernerhin gewissenhaft beachtet werden. Am 3. August 1952 erfolgte dann der befriedigende Bericht:

«Auch bei meinem Sohn hat es nun schön gebessert. Er klagt nie mehr über Schmerzen. Dass man bei ihm immer etwas auf der Hut sein muss, das begreife ich. Mein Mann spürt gar nichts mehr.»

Es ist begreiflich, dass man die Empfindlichkeit zu solchen Leiden mit Sorgfalt berücksichtigen sollte und durch Stärkung des Allgemeinzustandes und durch Erhöhung der Widerstandskraft kann das Erreichte erfolgreich gefestigt werden.

Weitere Hilfeleistung

Auch für sich selbst nahm Frau P. zur gleichen Zeit unsere Ratschläge zu Hilfe. Ihr Herz war jahrelang geschwächt, was sie indes als Bauernfrau nicht gut gebrauchen konnte. Zudem war sie noch durch einen schweren Unfall behindert worden, da dieser einen Schädelbruch und eine Schädigung im Rücken zur Folge hatte. Diesem Uebelstand suchte die Patientin durch längere chiropraktische Behandlung beizukommen. Zur Stärkung und Regenerierung des

Herzens erhielt die Kranke am 28. Mai Herztonikum und Avena sativa. Da sie auch noch über Thrombosen zu klagen hatte, musste sie ferner noch die Venenmittel Hypericum- und Calcium-Komplex nebst Aesculus hippocastanum einnehmen. Auch ihr wurde reine Naturkost verordnet und an Stelle von Salz das Reinkultur-Hefe-Produkt Vitam-R. Nach circa zwei Monaten, am 3. August, erfolgte dann ein erfreulicher Bericht:

«Nachdem ich nun Ihre Medikamente fertig eingenommen habe, möchte ich Ihnen doch auch etwas Bericht geben über meinen Gesundheitszustand. Es hat bei mir schön gebessert. Anfänglich hatte ich noch 3 bis 4 Herzanfälle. Dann waren sie aber immer schwächer, und dann hatte ich etwa 14 Tage gar keine mehr. Als dann die Periode kam, hatte ich am ersten Tag noch einen Anfall, dann aber blieben weitere Anfälle aus. Auch mit den Beinen habe ich es viel besser. Seit 4 Wochen habe ich jetzt meine Beine nicht mehr eingebunden, und es geht ganz gut. Man sieht auch gar keine blauen Adern mehr; auch Schmerzen habe ich nicht mehr gehabt. Welch ein Glück! Vier Jahre hatte ich die Beine täglich einbinden müssen. — Oberhalb meines rechten Auges hatte ich seit ungefähr 10 Jahren einen dunkelbraunen Fleck, der ungefähr so gross war wie ein Zehnrappenstein. Er sah aus wie eine Warze und ein Muttermal darauf. Seit ich nun von Ihren Medikamenten eingenommen habe, verschwindet der Fleck immer mehr, so dass man bald nichts mehr davon sieht. Bei Beginn der Kur wurde der Fleck auf einmal ganz hoch, und nachher ist er zusammengesunken und verschwindet nun. Könnte das eventuell mit der Leber zusammenhängen?»

Da der Fleck ganz dunkelbraun war, ist es nicht ausgeschlossen, dass die Leber daran beteiligt war, eher aber mag es sich um eine Zellwucherung gehandelt haben, die nun durch die günstige Beeinflussung wieder behoben werden konnte. Ohne den Fleck gesehen und kontrolliert zu haben, kann man auch nicht mit Bestimmtheit feststellen, um was es sich handelt. Auf alle Fälle ist der Erfolg ein recht erfreulicher und spricht gewiss auch manche Leser an, gegen ihre Uebel ebenfalls mit Ausdauer vorzugehen und zwar mit den hilfreichen Naturmitteln.

Schwerwiegendes Magen- und Leberleiden

Es ist erfreulich, dass auch schwerwiegende Krankheitsfälle durch die geeigneten Naturmittel und durch ausschliessliche Naturkost zum Stillstand gebracht werden können. Dies zeigt folgender Bericht von Frl. M. aus Z. Sie schrieb am 26. Juni 1952:

«Leider ist meine 56jährige Mutter schwer erkrankt. Nachdem sie lange Zeit unter Müdigkeit litt und stark abmagerte, suchte sie endlich den Arzt auf. Aber leider schon zu spät. Der Arzt sagte nach der Operation, der Magenkrebss sei schon weit fortgeschritten, auch habe sich herausgestellt, dass die Leber schon angegriffen sei. Trotzdem mein Glaube an eine Besserung manchmal schwankt, möchte ich es nicht unterlassen, mein Möglichstes zu tun. Bereits nimmt meine Mutter Mittel aus Ihrem Laboratorium. Petasites, Urticalcin, Conium maculatum D 4. Sie trinkt auch abwechselnd Orangen-, Rüebli-, Kartoffel- und Kabisatt. Sie fühlt sich ordentlich wohl. — Nun habe ich immer das Gefühl, ich verstehe es noch nicht richtig, und vielleicht braucht meine Mutter etwas mehr. Könnten Sie mir raten, wie ich sie richtig ernähren soll, auch über Quantum und Zeit? Ich möchte Ihnen zum voraus herzlich danken.»

Nebst den erwähnten Säften wurde noch frischer Trauben- und Crapefruitsaft empfohlen, wie auch viel Rohkost, rohe, fein geraffelte Salate und Gemüse. An Stelle von Weissmehlprodukten musste Vollkornnahrung aus Weizen, Roggen, Gerste und Hafer treten, indem man die eingeweichten Körner durch die Hackmaschine trieb, und zwar zusammen mit getrockneten, ungeschwefelten Weinbeeren oder Rosinen unter Beigabe von einigen gemahlenen Mandeln. Ein solches Rohmüsli muss natürlich gründlich gekaut werden. Auch Nurreis wurde als Beigabe zu Salaten und Gemüsen empfohlen. Ferner musste streng darauf geachtet werden, dass Früchte- und Gemüsemahlzeiten, also auch Frucht- und Gemüsesäfte nie gleichzeitig miteinander verabfolgt wurden, weil dadurch Gärungen vermieden werden können. Weisser Zucker musste entweder durch Trockenfrüchte oder durch Rohrzucker ersetzt werden, so dass nichts Denaturiertes mit der Nahrung eingegeben wurde. — Ferner wurden Lehmwickel auf die Magen- und Lebergegend im Wechsel mit Auflagen von gequetschten Kohlblättern oder Riesenampferblätter verordnet. Als spezifisches Mittel kam zu den bereits eingenommenen noch ein Mistelpräparat hinzu, da solches gleich günstig wirkt wie Petasites. Auf diese Ratschläge hin ging am 31. August folgender Bericht ein:

«Ich habe Ihnen seinerzeit von dem Leber- und Magenleiden meiner Mutter berichtet. Unser Hausarzt besuchte sie kürzlich

dreimal. Er sagte mir, dass er gut zufrieden sei mit meiner Mutter. Es sei nun ein typischer Stillstand eingetreten. Trotzdem die Frist, die er ihrem Leben setzte, nun abgelaufen ist, steht meine Mutter noch jeden Tag auf und ist ohne Schmerzen. Wohl nagt das schreckliche Leiden täglich an ihrem Körper, aber sie ist doch immer noch in unserer Mitte, und dafür sind wir dankbar.

Wenn Naturmittel, natürliche Anwendungen und reine Naturkost schon solch schwerwiegendes Leiden in schmerzlosen Stillstand versetzen können, wieviel mehr könnte damit in vorbeugendem Sinn im allgemeinen für unsere Gesundheit erreicht werden.

AUS DEM LESERKREIS

Eine bescheidene Stimme von vielen

«Der kleine Doktor» findet Anklang. Täglich wandert er in irgend eine andere Familie, die sich seine Erfahrungen zunutzen machen möchte. Es ist aber auch praktisch, im Notfall einfach nur rasch zu einem guten Ratgeber greifen zu können, um dadurch ohne sich irgend zu schaden, das Richtige zu treffen und zu genesen. Oft sind es einfache Hinweise, die zu helfen vermögen, wichtig ist nur, dass sie im richtigen Augenblick bekannt und eingesetzt werden. So schrieb Ende August Frau H. aus S. wie günstig sich ein solch bezeichnender Rat für sie ausgewirkt habe:

«Heute sind es gerade zwei Monate, dass ich mit meinem Leiden befallen bin. Sechs Wochen war ich im Bett. Wir hatten den Arzt, und ich musste Pillen schlucken, bis das Wasser rot und blutig kam. Es gab nur wenig Wasser zum Lösen. Ich bekam dann noch Blasenentzündung und auf der Niere Schmerzen. Dann gab es manchmal recht tüchtig Bauchschmerzen. Das Wasser konnte nicht mehr fort. Alle Nächte hindurch kam ich in einen Schweissausbruch, dass ich 2- bis 3mal Hemd und Leintücher wechseln musste. Das schwächte mich unglaublich. Ich nahm dann Petersilien- und Hagebuttentee, aber das Wasser wollte nicht recht fort. Dann kam ich zu Ihrem werten Buch: «Der kleine Doktor» und las darin, dass, wenn Petersilien nicht wirken würden, man Wacholderbeeren nehmen solle. Ich zerdrückte die Beeren, um daraus Tee zu bereiten und sieh da, das war meine Rettung, denn nun konnte ich Wasser lösen. Seither ist es mir viel wöhler. Ich sagte dem Arzt schon anfangs, dass ich nicht viel Wasser lösen könne, und dass es einen säuerlich-stinkenden Geruch habe. Er machte sich nicht viel daraus und gab mir auch nichts dafür, sagte nur, wenn man eben älter sei, könne man überhaupt nicht mehr viel Wasser lösen. Mir war es aber mit dem nicht geholfen.»

Schade, dass die Schulmedizin sich nicht mehr an frühere Zeiten erinnert, in denen auch die damals führende Aerzteschaft zu den einfachen, aber sicher wirkenden Naturmitteln Zuflucht nahm. Wieviel könnte damit selbst in schwierigen Fällen geholfen werden. Gut, dass «Der kleine Doktor» nun diesen Dienst versieht, bis sich auch die Aerzte wieder von der unweigerlichen Güte natürlicher Mittel und Anwendungen überzeugen lassen. Noch nie sind die Rezepte, die der Schöpfer nutzbringend in seine Pflanzenwelt hineinlegt, durch menschliches Denken und Sinnen übertroffen worden. Wir sind daher am besten beraten, wenn wir unser Augenmerk hierauf lenken und «Der kleine Doktor» wird uns dabei behilflich sein.

Weitere Urteile

Auch die «Gesundheits-Nachrichten» erfreuen sich stets erneuter Beliebtheit. So schrieb Frau Dr. S. aus J.:

«Wenn auch ein langer Zeitraum verstrichen ist, seitdem ich Ihnen zum letztenmal geschrieben habe, so waren meine und meines Mannes Gedanken doch sehr viel bei Ihnen, und Ihre so wertvollen Ratschläge haben wir nicht vergessen. Auch fühlen wir uns mit Ihnen immer sehr verbunden, wenn wir Ihre «Gesundheits-Nachrichten» lesen, die wir nicht mehr vermissen könnten. Sie sind weitaus wertvoller als die übrigen Schriften, die ich auf diesem Gebiet kenne.»

Dieser Bericht stammt aus dem Ausland, und es ist erfreulich, dass die Zeitung auch dort ihre guten Ratschläge nicht verfehlt. Leider aber gelangt hier und da auch eine kleine Anklage von dort zu uns. So schrieb uns dieser Tage eine junge, befreundete Juristin aus Wien unter anderem folgende schwerwiegende Quintessenz:

«Eure Zeitschrift findet den Gegenpol zu vielen Krankheiten, nur ist sie für uns in Oesterreich oft bloss eine mathematische Formel, die wir bewundern, denn das Beschaffen der Mittel steht oft im Zeichen der Unmöglichkeit.»

Gerne hätten wir besonders in Oesterreich diesen Uebelstand behoben. Wir haben hiezu auch keine Opfer gescheut, sind aber auf zuviele Schwierigkeiten gestossen und haben vor allem zuviele Enttäuschungen erlebt, so dass wir unsere Hilfe vorderhand auf den kleinen Kreis von treuen Freunden beschränken möchten. Auf alle Fälle wird auch «Der kleine Doktor» hiebei gute Dienste leisten, da er viele Ratschläge erteilt, die leicht befolgt werden können, weil man sich gar manches selbst beschaffen kann und gar nicht immer auf fremde Mittel angewiesen ist. Der Garten der Natur bietet allenthalben seine Schätze dar und besonders Oesterreich ist reich an Heilpflanzen und Wildfrüchten aller Art. Man muss solche nur kennen und zu finden wissen. Auch in der Ernährung ist eine gewisse Umstellung zur gesunden Naturkost nicht ausgeschlossen, wenn man die gegebenen Ratschläge nach Möglichkeit befolgt.

WICHTIGE MITTEILUNG

Winterferien im Engadin

Was, jetzt schon wieder an Ferien denken? Dabei ist denkbar hässliches Herbstwetter, so dass man sich zu Hause am wöhlsten fühlt. Aber, das ist es ja eben, statt schöne, herrliche Herbsttage im Freien geniessen zu können, um gesundheitlich noch einen recht guten Anlauf für den Winter zu nehmen, musste man bereits schon im Oktober das Haus hüten, wenn man nicht meistens durch nasse Regenlandschaften trotzen wollte. Dieser Umstand nun ist für unsere Gesundheit bedenklich und besonders unsere Kinder werden die misslichen Umstände nur allzubald zu spüren bekommen. Es ist daher gar nicht verfrucht, schon an jene Tage zu denken, die wieder besseres Wetter erwarten lassen. Ist die Weihnachtszeit erst einmal vorbei, dann beginnt auch in der Regel die Sonne wieder ihren heitern Lauf und lässt sich nicht mehr so leicht durch düstere Regen- oder Schneewolken vertreiben und dies vor allem in den Bergen! Mit doppelter Kraft vermag sie dort zu scheinen und die winterliche Kälte mit wohliger Wärme zu durchdringen. Wenn im Tiefland feuchte Nebel brauen, lacht dort oben heller Sonnenschein. Ihre Kinder haben ihn nötig, er malt ihnen rote Wänglein und fördert den mangelnden Appetit. Rund und gesund werden sie im Schnee herumtollen und die natürliche Ultraviolettbestrahlung wird sie mit doppelter Energie laden. Erhalten sie zudem noch gesunde Naturkost, wie dies im Kinderheim Vogel in Brail (Unter-Engadin) möglich ist, dann ist der Erfolg ein noch Besserer. Auch Erzieherisch werden die Kinder schöne Fortschritte erzielen, denn nebst Schlittel- und Skisport ist auch noch für abwechslungsreiches Spiel und handarbeitliche Beschäftigung gesorgt. Schon Johann Peter Hebel traf den Nagel auf den Kopf, als er sagte: «Und oppis muess me trieb ha, suscht het me langi Wil!» Wer sich einmal im Brailler Ferienhäuschen wohl gefühlt hat, wird gerne immer wieder dahin zurückkehren. Das Trüppchen, das Aufnahme finden kann, ist zwar verhältnismässig nur klein, darum müssen wir jetzt schon auf eine frühzeitige Anmeldung aufmerksam machen. — Nach Weihnachten ist das Heim also wieder für die sonnenreiche Zeit des Winters geöffnet und nimmt alsdann gerne Kinder von 4 bis 11 Jahren auf. Die Kleinern, die noch an keine Schulpflicht gebunden sind, finden auch nach der üblichen Ferienzeit noch liebevolle Pflege, wie auch Erholungsbedürftige, die ihre Ferien verlängern müssen. Es ist übrigens auch möglich, die Schule im nahen Cinuos-Chel zu besuchen, so dass auch Schulpflichtige das sonnige Engadin im Winter genügend lang geniessen können.

Es laden freundlich ein: Ruth Vogel und Ruth Wendler

Anmeldungen sind wie im Sommer wieder zu richten an: Familie A. Vogel, Teufen (App.).

Verantwortlicher Redaktor: A. Vogel, Teufen

Kennen Sie...

die ausgezeichnete Wirkung vom OZON-Dampfbad? Es stärkt die Gesundheit, erhöht die Leistungsfähigkeit, gibt dem Körper Beweglichkeit und allgemeines Wohlbefinden. Seit 10 Jahren gute Erfolge!

Ozon-Dampfbad

E. Pfister, Zürich 1, Zähringerstr. 21, Tel. 32 33 70