

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 9 (1952)  
**Heft:** 12

**Rubrik:** Aus dem Leserkreis

### **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:** 03.05.2026

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

den Eichelkaffee als gutes, diätetisches Nahrungsmittel geniessen.» «Ei, soviel Gutes wisst ihr von der Eiche zu erzählen?» meinte nun fast beschämt die Eichenmistel. «Ich sehe, es ist schon besser, wenn man kein Vorurteil hat gegen andere und auch nicht zu hoch von sich selbst denkt! Ich zwar wohne hier oben hoch in den Eichenzweigen, umgeben von den hübschen Eichenblättern, aber eben, nur auf Kosten der Eiche kann ich mich hier oben so göttlich tun! Nun, etwas möchte ich zur heutigen Unterhaltung auch noch beitragen, eine gewisse Kuriosität, die in südlicher Gegend vorkommt. Ihr wisst ja, ich wachse vormerklich in Jugoslawien, denn das habe ich euch schon berichtet. Nun ist es, wenn man ganz im Süden unten weilt, von dort nicht mehr weit nach Griechenland, wo in bergigen Gegenden ein niedriger Strauch auf dem Weideland zu finden ist, der Stechpalmenblättchen in kleinster Form trägt, die etwa nur 3 cm gross werden und zum Erstaunen aller Besucher sind die Früchte dieses Strauches Eicheln. Wieso Eicheln auf diesen stechpalmartigen Strauch kommen, ist mir und vielen andern unerklärlich. Vielleicht weiss einmal jemand eine Erklärung dafür?» «Ja, es gibt sonderbare Dinge,» sagte gelassen die Eiche. «Mir tut es natürlich keinen Abbruch, wenn sich noch eine andere Pflanze mit der Art meiner Früchte ziert. Ich mag es ihr gerne gönnen, denn wirklich, ihr habt viel Gutes über mich ausgesagt und nun lasst uns noch den friedlichen Abend in Ruhe geniessen.

## FRAGEN UND ANTWORTEN

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

### Wertvolle Hilfe bei schwerem Unfall

Frau J. aus B. berichtete Ende Februar dieses Jahres von einem schweren Bahnunfall, der ihrem Manne einen Schädelbruch, eine Hirnerschütterung und schwere Verletzungen an beiden Händen eingebracht hatte, nebst einer Versteifung oder Zerrung der Achsel, welche Letztere durch die einsetzende Behandlung noch vergrössert wurde. Für die Verletzung der rechten Hand musste nämlich eine Plastik gemacht werden, indem die Hand 5 Wochen lang an den Bauch genäht wurde. Diese Behandlung ist gut geraten. Nur bemerkte man erst nach dieser Zeit, dass auch die rechte Achsel verletzt war, 4 Monate war der Patient im Spital, wie seine Frau berichtete, wo er in Form von Einspritzungen 36 Millionen Einheiten Mittel erhielt, ohne dabei die schmerzlindernden Mittel mitzuzählen. Nach der siebten Woche bekam er innert 14 Tagen 2—3mal Lungenembolien, die indes keine weitern Folgen nach sich zogen. Die unsagbaren Schmerzen in der Achsel und im Kopf aber wollten trotz täglichem Turnen und Massieren im Spital nicht weichen. Trotz Schlafmitteln und schmerzstillenden Mitteln wollte sich jeweils auch der Schlaf lange nicht einstellen. Die bereits von sich aus vorgenommene Behandlung zu Hause bestand wie folgt aus: Meer-salzbädern für das Allgemeinbefinden, Massage mit Johannisöl für Hände und Achsel, Kopf und Stirne wurden mit Wacholderschnaps eingerieben. Bereits begann die Frau auch Krautwickel auf die Achsel zu legen. Günstig für die Behandlung war auch der Bericht, dass der Patient Nichtraucher sei und auch keinen Alkohol geniessen.

Die Gefahr der Embolien wurde nun in erster Linie mit Venenmitteln bekämpft. Da die Schlafwoltropfen für den mangelnden Schlaf infolge der starken Medikamentvergiftung nicht genügten, wurde noch Passiflora eingesetzt. Leider lehnte der Arzt als ableitendes Mittel eine Blutegelbehandlung ab, worauf unsererseits Zwiebelwickel auf den Nacken, wie auch Lehmwickel empfohlen wurden. Auch für die Achsel selbst wurden Lehm- und Kohlblätterauflagen im Wechsel verordnet, zudem musste Wallwurzinktur im Wechsel mit Einreiböl für die Achsel verwendet werden. Ebenso war die Berücksichtigung der Naturkost unerlässlich. Zur allgemeinen Entgiftung wurde noch Lachesis D 12 eingesetzt, zusammen mit weissem Lehm. Auch Echinacea ist in solchem Falle günstig. Nachdem erfreulicherweise alle Ratschläge getreulich beachtet wurden, schrieb der Patient am 30. September selbst folgenden Bericht:

«Nachdem ich mich von den schweren Strapazen im Spital und der monatelangen Behandlung durch die chirurgische Klinik etwas erholt habe, möchte ich Ihnen endlich über mein Befinden Bericht erstatten. Durch die Einnahme Ihrer Mittel konnte ich

mit den vielen Sorten Schmerztabletten abbauen, so dass es mit dem Schlaf auch wieder besser ging. Auch die Lehmauf-lagen mit Johannisöl und Zinnkrauttee, sowie die gequetschten Kohlblätterauf-lagen brachten mir im Kopf und in der Achsel Besserung, so dass sich nur noch bei Wetterumschlag in Kopf und Händen starke Schmerzen einfinden. Jedoch zur Schwere meines Unfalles dürfen wir mit dem erzielten Resultat zufrieden sein. Die Venenmittel nehme ich noch weiter ein. Es sind dies Hypericum-Komplex, Aesculus lippoc. und Calcium-Komplex. Ich hoffe mit diesen Mitteln noch eine bessere Blutzirkulation zu erhalten, was sicher auch für meine ständig kalten Füsse von Gutem sein wird. — Hiemit möchte ich Ihnen meinen aufrichtigen Dank aussprechen für Ihre Mittel und Ratschläge, die sicher noch zu einer völligen Besserung führen werden.»

Es ist so, wie der Patient richtig vermutet, die Venenmittel werden mit der Zeit die Blutzirkulation so weit verbessern, dass dadurch auch die kalten Füsse behoben werden können. Im übrigen kann das Resultat als sehr erfreulich bezeichnet werden, was bestimmt jeden anspricht, seine Beschwerden ebenfalls durch natürliche Anwendungen und Naturmittel zu beheben.

## AUS DEM LESERKREIS

### Das Echo des «kleinen Doktors»

So eben war es gemeint, «Der kleine Doktor» sollte ein Freund werden für kranke und gesunde Tage, zum Vorbeugen und zum Heilen.

In diesem Sinne schrieb Frau H. aus B. am 12. November 1952:

«Es ist mir ein besonderes Bedürfnis einmal einige Worte des Dankes auszusprechen für die ausserordentlichen Bemühungen, den «kleinen Doktor in solcher Vielseitigkeit zusammenzustellen und der Oeffentlichkeit zugänglich zu machen. Ich selbst habe schon so vieles daraus geschöpft, dass ich das wertvolle Buch direkt als meinen «Hausfreunds» ansprechen möchte! ...»

Eine andere Frau H. aus Z. äusserte sich am 23. Oktober 1952 folgendermassen:

«Vor allem möchte ich heute danken für das Buch «Der kleine Doktor». Sie haben das so fesselnd und anregend geschrieben, genau so, wie die «Gesundheits-Nachrichten» auch immer sind. Denn wirklich gehe ich immer begierig dahinter, sobald der Briefträger die Zeitung gebracht hat.»

Ganz drollig schreibt Frau H. aus S. am 10. Oktober:

«Ihr wertvolles Buch ist mir ein reiner Schatz geworden. Habe es immer auf dem Tische liegen. Wenn ich Zeit finde, lese ich wieder darin. Man wird nämlich nicht satt davon. Immer kommt man wieder auf Neues. Dieses Buch wäre 100 Franken wert, nicht nur 9 Franken.»

Gut gemeint, aber jedenfalls wären die Leser dann weniger erfreut darüber.

Ein Freund aus Deutschland, der bereits schon 16 Bücher vertrieben hat, wünscht weitere 15 Exemplare und schreibt u. a.:

«Ich freue mich schon auf den Augenblick, wenn ich die Nachricht erhalte, dass dieses Buch in Deutschland gedruckt wird. Ich persönlich habe schon viel Freude an diesem Buch gehabt und gute Ratschläge daraus erhalten, auch habe ich schon andern mehrere gute Ratschläge aus diesem Buch erteilen können.»

Ein anderer Freund schreibt als Lehrer an einer Missionsschule in Amerika, am 13. November 1952:

«Ich mache guten Gebrauch von Deinem letzten Heilmittelpaket, mit dem Resultat, dass weniger Studenten denn je zuvor von der Klasse oder der Arbeit wegbleiben müssen. Wir sind ca. 170 in der Schule, weswegen leider viele von Deinen guten Mitteln verbraucht werden, zumal Dein vortreffliches Buch mich jetzt besser befähigt, sie anzuwenden.»

So lauten die Berichte, die uns natürlich zum Ansporn dienen, denn in der heutigen Zeit, in der so vieles auf Vernichtung eingestellt ist, ist es doppelt befriedigend, auch im Beruflichen Gutes bewirken zu können.

### Zur Nachahmung empfohlen

Schon oft sind in den «Gesundheits-Nachrichten» Artikel über biologisches Düngen erschienen, und es ist erfreulich an Hand von Berichten feststellen zu können, dass sich die Leser solche zunutze machen. So schrieb Mitte August Frl. H. aus W. über ihre Erfahrungen wie folgt:

«In dieser Zeit lebe ich von selbstgezo- genem Gemüse und eigenen Beeren und Früchten. Das ist für mich eine herrliche Zeit, wo mich der Garten für alle Mühe so reichlich entschädigt. Auch überdünge ich den Garten nicht mit Mist und Gülle (Jauche). Solche Dinge kommen nur über den Komposthaufen in meinen Garten und erst noch sehr spärlich. Dieses Jahr habe ich zur Hauptsache mit Ihrem «Bioforce»-Dünger gearbeitet und habe prächtigen Erfolg. Die Pflanzen haben erstens einmal den Standortwechsel gut überstanden, entwickelten sich im Vor- sommer gleichmässig rasch und haben auch die Trockenzeit prächtig überstanden, trotzdem der Garten an einer sonnigen Halde gelegen ist. Meine Nachbarn, die mich im Vorsommer wegen meiner Abneigung etwas zu gullen, mitteilidig belächelten, beneiden mich jetzt wegen den viel bessern Gemüsen und Beeren. Ich werde auch das nächste Jahr wieder nur mit altem Kompost und «Bioforce»-Dünger arbeiten.»

Es ist erfreulich, aber nicht verwunderlich, dass der «Bioforce»-Dünger zusammen mit altem Kompost solch befriedigenden Erfolg zeitigt, denn dieser Dünger gibt dem Boden vor allem die notwendigen Mineralien, mässig Stickstoff und mässig Triebmittel, und man sollte die Pflanzen diesbezüglich ja nie forcieren. Ein langsam wirkender Dünger ist daher viel günstiger, da er gesündere und kräftigere Pflanzen ergibt. Wer daher jährlich mit Kompost und «Bioforce»-Dünger arbeitet, wird auch das Gleiche erleben, wie die Berichterstatterin. Zuerst werden die Nachbarn etwas zum Belachen und nachher zum Beneiden haben. Besser aber wäre es, sie würden daraus die richtige Lehre ziehen, um den gleichen Erfolg zu erzielen.

### Manch Kräutlein wider Leibesnot

Im Laufe des Jahres schrieb Frau B. aus C. über ihre verschiedenen Leiden einen kurzen Bericht:

«Bin eine ganz unglückliche Frau mit meinen vielen Krankheiten, nicht wahr! Zuerst mit Herz und Leber, aber Ihr Herztanikum und Ihre Lebermittel haben Wunder gewirkt. Ich spüre gar nichts mehr. Ich habe im Jahre 1950 die ersten Mittel von Ihnen gehabt. Wegen dem Trigeminus-Nerv habe ich die Rasayana-Kur durchgeführt. Habe seither nie Schmerzen gehabt. Nun, seit 8 Tagen haben sie wieder angefangen. Wir haben aber auch seit drei Wochen eine solch kalte Bise. Immer beim Wetterumschlag tut das Knie weh, sonst spüre ich nichts. Aber in der Backe zuckt es schrecklich wie Wespenstiche. — Lese viel in Ihren «Gesundheits-Nachrichten» und habe auch ein wenig Diät gehalten.»

Wir finden nun allerdings nicht, dass die Patientin bei solch schönen Erfolgen eine unglückliche Frau genannt werden kann. Festigt sie das Erreichte durch die richtige Ernährung und schützt sie sich vor Erkältungen, dann wird sie sich fernerhin an wiedererlangter Gesundheit freuen können. Bei starken Winden kann man das Gesicht gegen Neuralgieschmerzen schützen, indem man die empfindlichen Stellen mit Crème «Bioforce» einfettet, wodurch eine Erkältung weniger möglich ist. Bei starken Schmerzen sind heisse Wasseranwendungen vorteilhaft, wie auch das Einreiben von Wallwurz- tinktur. Es ist begreiflich, dass auch die Rasayana-Kur gute Dienste leisten kann, da sie die Säfte des Körpers reinigt und erneuert und die Organe zu geregelter Tätigkeit regeneriert. — Lehmwickel mit Johannisöl sind abwechselnd mit Kohlblätter- oder Riesenampfer- auflagen vorzüglich für das schmerzende Knie, während die Leber von Zeit zu Zeit immer wieder durch die Lebertropfen unterstützt werden sollte. — Wenn man so durch die richtige Ernährung, durch naturgemässe Anwendungen und entsprechende Naturmittel rechtzeitig eingreift, dann kann man auch leicht solche Störungen beheben und die Gesundheit wieder festigen.

## WICHTIGE MITTEILUNGEN

### Winterferien

Schon machen im Stillen die Eltern ihre Pläne, um die Weihnachtsferien zum Skisport auszunützen. Aber o weh, wohin sollen sie ihre Kleinen verbringen? Einmal möchte auch die Mutter unbehindert ihrer Gesundheit durch tüchtige Bewegungsfreiheit einen erneuten Anlauf geben. Wenn nur die Sorge um die Kinder nicht wäre! So tönt es in manchem Haus und manch stiller Wunsch einer belasteten Mutter muss sich müde zufrieden geben. Nicht doch, denn warum sollen sich die Kinder nicht auf ihre Art auch freuen dürfen? Warum sollen nicht auch sie in dem ihnen zugedachten Kreise glücklich sein? Stand da nicht in der November-Nummer ein Hinweis? Und hiess er nicht: «Winterferien im Engadin?» Ja, so lautete er, und er erzählte uns von dem Kinderheim Vogel im

Unter-Engadin, in jenem kleinen Oertchen Brail, wo die mondäne Welt noch nicht hingekommen ist, wo also Kinderherzen recht eigentlich hingehören, um behütet und beschützt zu sein. Ja, das ist gut, schreiben wir also sogleich an Familie A. Vogel nach Teufen eine Anmeldung, damit wir nach Weihnachten noch einen Platz für unsere Kleinen bekommen, denn da, wo nicht allzuvielen beisammen sind, kann man dem Einzelnen auch besondere Aufmerksamkeit widmen und das haben manche Kinder nötig.

Bereits hat das Winterwetter allenthalben seinen Lauf begonnen und nur noch wenig Zeit trennt uns vom Ende des Jahres. Selten zeigt sich die Sonne, und wenn sie überhaupt erscheint, will sie nicht mehr wärmen. Nicht so in den Bergen. Im sonnigen Hochtal des Engadins spendet sie auch im Winter reichlich Wärme! Bereits tragen unsere Kinder die Spuren eines nebligen Herbstes, eines regnerischen Winteranfangs in ihren Gesichtchen, denn es ist gesundheitlich keineswegs vonnutzen, immer in den vier Wänden eingeschlossen zu sein. Es ist also tatsächlich kein Luxus, daran zu denken, Erholungsbedürftige in die heilende Sonne der Berge zu verbringen. Bereits sind einige Anmeldungen erfolgt. Beeilen Sie sich, dass auch Ihren Kindern noch ein Plätzchen zugeteilt werden kann. Die schönste Zeit ist im Januar bis März. Kränkliche und Schulumüde finden Aufnahme im Alter von 4 bis 11 Jahren. Für gesunde Kost, für Erholung und Entspannung, wie auch für liebevolle Pflege und Erziehung ist gesorgt. Vertrauen Sie uns Ihre Kinder an, Sie werden es nicht bereuen.

Es laden freundlich ein: Ruth Vogel und Ruth Wendler

### Reformhaus in Schwamendingen

Unsere Leser und Freunde in Schwamendingen werden sich freuen, nun auch ein Reformhaus zu besitzen. Der helle, grosse Laden, der mit neuzeitlich eingerichteten Lagern versehen ist, befindet sich an der Dübendorferstr. 7, direkt neben der neuen Post.

Vor allem aber wird es sie sehr angenehm berühren, dass Herr Naef, der seine Tüchtigkeit schon in seinem Betrieb in Oerlikon unter Beweis gestellt hat, nun seine reiche Erfahrung auch den neuzeitlich eingestellten Familien in Schwamendingen zur Verfügung stellen wird.

Als Herr Naef in früheren Jahren in unserem Betrieb tätig war, konnte er sich mancherlei Kenntnisse aneignen, die er seiner Kundschaft stets mit besonderer Sorgfalt angedeihen liess. Nun können auch die Freunde in Schwamendingen hiervon Nutzen ziehen.

Wir wünschen Herrn und Frau Naef zu ihrem neuen Unternehmen ein recht gutes Gelingen nebst einem stets erfreulichen Einvernehmen zu allen Freunden natürlicher Lebensweise.

A. Vogel, Teufen

### An unsere werten Abonnenten!

Der beiliegende Einzahlungsschein ist für die Erneuerung des Abonnements pro 1953 bestimmt. Zum voraus danken wir allen lieben Lesern, die uns auch im kommenden Jahre die Treue bewahren, bestens. — Wer seiner Verpflichtung bereits nachgekommen ist oder erst im Laufe des nächsten Jahres das Abonnement zu erneuern hat, lege einfach unsern gedruckten und nummerierten Einzahlungsschein beiseite, um ihn später zu benützen, was uns die Kontrolle wesentlich erleichtert.

Verantwortlicher Redaktor: A. Vogel, Teufen

## Erholungsheim „Gunnehus“ Teufen

Kt. Appenzell AR 950 m ü. M. Tel. (071) 3 65 53

Schwester H. Joss und Frl. M. Hubschmid

Ruhige, sonnige Lage mit prächtigem Ausblick auf Säntis und die Alpen. Drei Minuten vom Wald, schöne Spazierwege mit herrlicher Aussicht auf den Bodensee.

Gute, reichliche Verpflegung Pension Fr. 9.- plus 10 %

## Chiropraktik

GIBT DEM LEBEN JAHRE  
UND DEN JAHREN LEBEN

### Dr. EMIL SIEGRIST - ZÜRICH

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