

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 10 (1953)

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: 29.12.2025

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

Stelle. Bei Durchfällen halfen deine Blätter, sowohl frisch gekaut, wie auch als Tee ausgezeichnet, ja sogar bei einer regelrechten Ruhr wendete man dich früher mit Erfolg an, unterstützte nur in ganz schlimmen Fällen noch mit Tormentilla, also mit der bekannten Blutwurz. Bei Darmschleimhautentzündung muss man nebst Odermennig nur noch Heilerde, also einfach Lehm einnehmen, und man kann mit einer Behebung des Leidens rechnen. Bekanntlich helfen meine Vogelbeeren die Heiserkeit bekämpfen, aber auch der Odermennig hilft, wenn im Hals nicht alles in Ordnung ist. Er ist ein ausgezeichnetes Gurgelmittel bei Angina, bei Hals- und Mandelentzündung, besonders im Wechsel mit saurer Molke.» «So viel Gutes bietet unser schlichter Odermennig? Wer hätte das gedacht! Weisst du übrigens, dass du auf Latein Agrimonie Eupatoria heisst? Dass du aber aus der gleichen Familie stammst, wie ich und auch ein Rosenblüther bist, darüber habe ich mich schon öfters gewundert!» So äusserte sich die Brombeere und auch die andern waren nicht wenig über diese unähnliche Verwandtschaft erstaunt. «Es gibt eben manches, was einem nicht immer ohne weiteres einleuchtet. So kann ich auch nicht im geringsten verstehen, dass uns die Menschen vergessen und unsere Heil- und Aufbaustoffe missachten. Statt dessen stützen sie sich auf ihre Erzeugnisse der Chemie, die vorübergehend wohl helfen, aber nicht heilen können wie wir. Wenn ich bedenke, welch kleines Wunder nur schon allein unser Odermennig darstellt, der mit seinen Säften, der Gerbsäure, den Harzen, ätherischen Oelen, Vitamine und Fermenten ein Ganzes bildet, das einen vollen Wert darstellt, dann staune ich immer wieder darüber, wie wir alle so ganz verschiedene Kräfte und Säfte aus dem gleichen Erdreich ziehen können. Zwar hat der Odermennig noch einige Mithelfer, die wie er bei Störungen der Leber, Galle und Niere, wie auch bei Blasenleiden, Gutes leisten, doch sind im übrigen unsere Werte meist verschieden, oft vielseitig, oft aber auch ausschliesslich auf eine besondere Wirksamkeit beschränkt. Eines aber ist sicher, dass sich jedes von uns darüber freut, helfen zu können und wirken zu dürfen!» So schloss der Vogelbeerbaum das Gespräch, während in frohem Uebermut ein flinkes Eichhörnchen auf der Hecke landete, um aber in unermüdlichem Lebensdrang gleich wieder davon zu huschen. «So ist es immer, ein rascher Besuch, und weg sind diese kleinen Seiltänzer! Nur gut, dass wir noch Träger der Ruhe sind und geduldig und zufrieden in unserm guten Erdreich wurzeln. Wenn auch wir noch zu wandern anfangen, das käme schön heraus!» Alle lachten sie über den drolligen Einfall, den der Odermennig soeben geäussert hatte, und sie erkannten, dass es das Beste ist, wenn man sein Los nicht mit demjenigen anderer vergleicht, sondern es mit frischem, frohem Mute bezwingt, um sich mit Zufriedenheit da richtig einzurunden, wo wir gerade stehen und wo uns das Leben haben will.

FRAGEN UND ANTWORTEN

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.

Hoher Blutdruck bei einem Eingeborenen

Am 21. April 1953 ging ein interessanter Hilferuf aus Australien bei uns ein. Frau S. schrieb aus Adelaide wie folgt:

«Von Ferne sei herzlich um Hilfe gebeten!» Vielleicht halten Sie mich für unvernünftig, dass ich auf diese Idee gekommen bin. Doch, was macht man nicht alles in der Not? Unser Nachbar, ein „Eingeborener“, leidet an furchtbarem hohem Blutdruck. Wohl wird er hier behandelt, was jedoch nur vorübergehende Wirkung erzielt. Da der Patient erst 40jährig und Vater von einigen Kindern ist, sollte ihm doch auf bessere Weise geholfen werden. — Aus diesem Grunde möchte ich Sie fragen, ob die Möglichkeit besteht, einige Fläschchen oder

vorderhand die Kurpackung von Arteriokomplex per Luftpost zu senden? Für Ihre baldige Antwort sind wir Ihnen sehr dankbar.»

Dieser Wunsch wurde erfüllt, indem nicht nur das vorzügliche Arterio-Komplex, das mit Hilfe von Weissdorn und Arnica den Blutdruck zu regulieren vermag, sondern auch zusätzlich noch Viscontropfen, also ein Mistelpräparat per Flugpost nach Australien gesandt wurde, gleichzeitig mit folgender Antwort: «Ich will mich beeilen, Ihnen umgehend zu antworten, damit Ihrem Nachbarn sofort geholfen werden kann. Dieser Eingeborene hat vermutlich früher, also in seiner Jugendzeit, eine andere Ernährung gehabt als jetzt. Sollte dies so sein, dann möchte er wieder zu dieser früheren Nahrung zurückkehren, wenn sie vielleicht auch etwas primitiver ist. Auf jeden Fall soll er das Salz nach Möglichkeit meiden und soll ferner viel Naturreis essen, denn mit Naturreis kann er für seinen Zustand Wunder erwirken. — Es könnte allerdings sein, dass auch die Niere noch mit im Spiele ist, weshalb ich als drittes Mittel noch die Nierentropfen Nephrosolid sende, die er ebenfalls nach Vorschrift einnehmen soll. Sie werden ja seine Sprache beherrschen und ihm die Angaben übersetzen können. Betreffs der Ernährung ist nochmals zu betonen, dass der Patient keinesfalls Kulturnahrung zu sich nehmen soll, sondern wie bereits angekündigt, nur Naturnahrung. Er soll viel Rohgemüse und rohe Früchte essen, also Rohkost geniessen. Er soll auch dafür sorgen, dass er nur Rohfette isst. Auch sollte er Olivenöl oder frischgepresstes Leinöl einnehmen. Es ist vorteilhaft, wenn er regelmässig Leinsamen oder Psyllium geniesst. Wenn er die Kulturnahrung meidet, wird er auch keine Weissmehl- und Weisszuckerprodukte mehr essen, was unbedingt notwendig ist, denn es ist selten, dass ein Eingeborener unter hohem Blutdruck leidet, es sei denn, er lasse sich durch unsere Kulturnahrung irgendwie schädigen. Wenn er Vater von einigen Kindern ist, dann muss er doppelt konsequent sein, schon seinen Kindern zuliebe, denn so wird sein Gesundheitszustand wieder in Ordnung kommen. — Wenn er nun die gegebenen Ratschläge befolgt, dann wird er auch Erfolg haben. Um nochmals zu wiederholen, was ihm gut tun wird, sei also angeführt, dass er eine einseitige Reisdiät mit Naturreis und Rohsalaten durchführen soll. Die Salate dürfen aber nicht mit Essig, sondern müssen mit Citrone und Olivenöl zubereitet werden. Er soll auch Fleisch, Eier und Käse möglichst weglassen. Sie werden sehen, wie rasch der Eingeborene mit Hilfe der Mittel und Nahrungsumstellung wieder in Ordnung kommen wird. — Berichten Sie ihm dies ganz genau und erklären Sie es ihm, damit er es begreift und schreiben Sie mir wieder, wie es ihm geht.»

Es ist bestimmt nicht nötig, über diesen Fall noch einen näheren Kommentar abzugeben, denn die Erklärung ist ja bereits schon zwischen den Zeilen zu lesen. Auf alle Fälle wird die Meldung einer guten Wirkung nur die erwähnten Annahmen bestätigen.

Naturmittel bei Komplikationen

Es ist sehr erfreulich, feststellen zu können, dass einfache Naturmittel bei Komplikationen grosse Dienste leisten können. Ueber den Werdegang ihres vielseitigen Ergehens sandte Frau S. aus G. am 20. März 1953 hierüber einen interessanten Bericht ein. Vor drei Jahren war sie wegen vermeintlicher Blinddarmentzündung operiert worden. Hiebei stellte es sich jedoch heraus, dass der Blinddarm zwar gesund, dafür aber die Gallenblase voll Gallensteine war. Beides wurde gleichzeitig operiert. Leider stellte sich während der Operation ein Kollaps ein, später noch eine Lungenentzündung und die Patientin fürchtete für ihre Lunge, da sie erst vor $\frac{1}{2}$ Jahr von einer Kur in Davos heimgekehrt war, wo sie 4 Monate geweilt hatte. Sie schrieb hierüber:

«Hatte daher schon immer Ihren Calcium-Komplex genommen. Die Röntgenbilder waren aber noch gut, und ich konnte trotz allem nach drei Wochen heim.»

Da sich aber abends regelmässig Fieber einstellten und nach dem Essen ein wenig Erbrechen, wurde die Patientin nochmals zur Beobachtung in das Spital eingeliefert, wo eine Lungenembolie festgestellt wurde. Da das Erbrechen immer schlimmer wurde und die Patientin nichts mehr ertragen konnte, waren die Aerzte, die Patientin schreibt:

«es waren ihrer drei, Lungenarzt, Frauenarzt und Urologe,» ratlos. In diesem Augenblick griff die Patientin zu einer List und erklärte, sie habe noch Mittel, die ihr ihre Schwiegermutter empfohlen habe. Vor einigen Jahren hatte diese ebenfalls eine Gallensteinoperation durchzumachen, hatte damals aber die entsprechenden Mittel noch nicht gekannt. Das war die List und sie gelang, denn die Patientin durfte die Mittel mit ärztlicher Erlaubnis ausprobieren. Sie schrieb hierüber:

«Nun das fast Unglaubliche. Vom ersten Tag an, als ich Ihre Mittel einzunehmen begann, hörte das Erbrechen auf und dann war Schluss. Zu essen bekam ich nach Wunsch. Ich verlangte

nur Salate und zum Nachessen lange Zeit eine halbe Crapefruit. Ziemlich schnell ging es nun aufwärts, und bald bekam ich auf meinen Wunsch auch gekochte Gemüse, aber auch noch jeden Tag die Salatplatte mit 5 verschiedenen Röhsalaten statt Fleisch. Nach 6 Wochen durfte ich wieder heim, war aber noch sehr schwach, da ich beim Austritt aus dem Spital noch ganze 32 kg wog. Den Sommer durch musste ich immer eine Haushaltshilfe haben, aber nach einem zweimonatigen Höhenaufenthalt war ich wieder ganz hergestellt. Seither vertrage ich wieder alles, kann essen, was ich will, das heißt, ich könnte alles essen, aber aus Überzeugung, dass es für mich gesundheitlich schädlich ist, esse ich sozusagen kein Fleisch. Wegen der Lunge habe ich seither immer vorbeugend Calcium-Komplex (*Urticalein*) genommen.»

Leider musste sich die Patientin nochmals einer Operation unterziehen wegen Gebärmutterknickung und Verwachsungen. Auch diesmal stellte sich wieder ein Kollaps ein, der jedoch besser verlief als das erste Mal. Die Patientin durfte sehr bald wieder trinken und Schleimsuppe essen, aber leider kam auch das gefürchtete Erbrechen wieder. Sofort beschaffte sich die Kranke die Leber- und Gallenmittel wieder. Sie schrieb hierüber:

«Auch diesmal blieb der Erfolg nicht aus. Nach Einnahme Ihrer Mittel hörte das Erbrechen auf. Die Schwestern wollten mich zwar zuerst auslachen und meinten, es sei nur Einbildung von mir, als aber der Erfolg anhielt, mussten sie doch zugeben, dass die Mittel geholfen hätten. — Während meinem Spitalaufenthalt liess ich noch ein Röntgenbild machen, um sicher zu sein, dass die Lunge von der letzten Operation her nicht gelitten habe. Zu meiner grossen Freude ist eher eine Besserung als eine Verschlechterung festzustellen. Ich habe meinem Arzt gesagt, dass ich diese Besserung der ständigen Einnahme von Calcium- und Hypericum-Komplex zuschreibe, und er hat zugegeben, dass es daher röhren könne. — Drei Tage nach Spitalentlassung hatte ich wieder eine Lungenembolie. Vom Arzt erhielt ich Tromexan, nahm aber Ihr Hypericum-Komplex weiterhin ein. Der Arzt war nun sehr erstaunt über die minimalen Mengen Tromexan, die es brauchte, um mein Blut dünnflüssig zu erhalten. Leider habe ich damals nicht daran gedacht, dass dies vom Hypericum herrühren könnte. Bei Gelegenheit werde ich ihm dies aber auch noch melden.»

Da die Patientin seit der Operation zwei Herzkrisen hatte, fragte sie noch nach einem Herzstärkungsmittel. In solchem Fall ist natürlich Herztonikum gut. Man kann jedoch zusätzlich auch noch durch eine richtige Atemgymnastik viel erreichen. Ebenso hilft die Einnahme von Fruchtzuckernahrung, von natürlichem Frucht- oder Traubenzucker, vor allem von getrockneten Weinbeeren, Datteln, Feigen und Rosinen, auch Honig ist gut zum Süßen, wenn man ihn erträgt. Weisser Zucker aber muss unbedingt gemieden werden. Es gibt allerdings noch stärkere Herzmittel, doch wenn die einfachen genügen, dann sind die andern nicht nötig. — Die Neigung zu Embolien ist mit Einnahme der Venenmittel vorbeugend zu bekämpfen, also mit Hypericum-Komplex, Aesculus hippocastanum und Calcium-Komplex. Mit der Zeit kann man die Mittel langsam abbauen, indem man erst nur die Hälfte und nachher nur noch einen Drittel davon einnimmt. Werden die Mittel auf diese Weise gewissermassen konstitutionell eingesetzt, dann werden sie auch gegen die erwähnte Veranlagung erfolgreich einwirken. Es wäre natürlich richtig, wenn der Arzt darüber auch Bescheid wüsste, damit er in seiner Praxis davon Nutzen ziehen könnte, denn auch die Schwestern haben ja die gute Wirkung feststellen können. Im übrigen ist es natürlich sehr erfreulich, solche Tatsachenberichte als Bestätigung zu erhalten, denn chemische Mittel vermögen wohl für den Augenblick scheinbar manches wegzuscheiden, das wirkliche Heilen aber, ohne Nebenwirkungen schädigender Natur hervorzuufen, ist ihnen meist fremd. Greift man daher zu ihnen, dann nur, weil man so leicht vergisst, oder es überhaupt nicht weiß, dass sich die Natur selbst zu helfen vermag, wenn man sie richtig unterstützt.

AUS DEM LESEKREIS

Nahrungsumstellung bei Verstopfung

Wie günstig eine Nahrungsumstellung auf hartnäckige Verstopfung einwirken kann, zeigt folgender Bericht, den Frau S. aus H. Ende Februar einsandte:

«Ich möchte Ihnen nun doch einmal Bericht geben, wie es meiner Tochter nun geht. Die jahrelange Verstopfung ist geheilt. Mittel nimmt sie schon lange keine mehr. Dafür habe ich mich nach Ihren Vorschlägen gerichtet und Naturkost

Um all unseren Abonnenten die Möglichkeit zu geben, unseren Getreide- und Fruchtkaffee einmal zu probieren, entweder gemischt mit einer kleinen Menge von Bohnenkaffee, um sich dann diesen langsam abzugewöhnen, oder auch ohne Bohnenkaffee getrunken, wobei

A. Vogels Getreide- und Fruchtkaffee

sehr gut schmeckt und sogar Bohnenkaffee ähnlich ist, wie uns viele Zeugnisse beweisen, haben wir uns entschlossen, jedem Abonnenten einen

GUTSCHEIN von Fr. — 50

zu vermitteln, sodass er das Paket statt zu Fr. 2.25 zu Fr. 1.75 erhält. Er kann also in das Reformhaus gehen und mit diesem ausgefüllten Bon, wobei er den Namen und die Adresse und die Abonnenten-Nummer, die er besitzt (siehe Adresse auf der Zeitung), darauf schreibt, abgibt und gegen diesen ausgefüllten Bon wird er ein Paketchen Getreide- und Fruchtkaffee Fr. — 50 billiger erhalten. Wo kein Reformhaus ist, kann der Abonnent den Bon einsenden und wir werden franco ein Peketchen Kaffee zustellen mit Fr. — 50 Verbilligung. Man kann den restlichen Gegenwert auch in Briefmarken beilegen, sodass die Nachnahmespesen dann wegfallen.

Wir hoffen somit unseren Freunden und Abonnenten eine Freude zu bereiten und ihnen die Möglichkeit zu bieten, von diesem guten Naturprodukt einmal Gebrauch zu machen. Getreide- und Fruchtkaffee lässt die Milch, wenn man solche dazu trinkt, feinflockiger gerinnen und ist somit nicht nur ein Genussmittel, sondern eine wesentliche Besserung unserer neuzeitlichen Ernährungsform.



eingeführt. Ich kann nicht sagen, wie dankbar wir darüber sind. Wir fühlen uns alle viel besser, seit wir ebenfalls mit dem Essen umgestellt haben.»

Schön und einfach und der Tatsache entsprechend, zudem für jeden ohne Kostenaufwand durchführbar. Die «Gesundheits-Nachrichten» führen immer wieder die grosse Hilfsmöglichkeit der Naturkost an. Ebenso gibt «Der kleine Doktor» ausgiebige Erklärung und Hinweise darüber, auch besteht ein Sonderdruck über Schondiät, der ebenfalls manchem Leidenden Hilfe darbieten kann.

Wertvolle Hilfe bei Keuchhusten

Da der Keuchhusten immer eine äußerst unliebsame, quälende Angelegenheit bedeutet, nicht nur für die Leidenden, sondern auch für die Pflegenden, ist es sehr erfreulich, dass auch die Naturheilmethode günstige Mittel kennt, die das Leiden nicht schädigend unterdrücken, sondern rasch und gut zu beeinflussen vermögen. Dies bestätigt Frau T. mit folgendem Bericht:

«Der Hustensirup und die andern Mittel, die Sie mir im Sommer für meinen jährigen Buben gegen den Keuchhusten geschickt haben, haben prächtig gewirkt, und in ganz kurzer Zeit besserte der Husten merklich. Heute ist der Bub gesund und war den ganzen Winter über gar nie erkältet. Ich danke Ihnen herzlich für Ihre Hilfe bei meinem Buben.»

Da es äußerst wichtig ist, dass der Keuchhusten gut ausgeheilt wird, sind solche Berichte natürlich erfreulich, und es ist kein Wunder, dass die dankbare Mutter den Rest der Mittel für einen Keuchhustenfall im Bekanntenkreis zur Verfügung stellte und zugleich noch eine weitere Sendung verlangte. Es handelte sich hiebei um einen rohen Tannenknospensirup, um Coccus cacti D 3 mit Drosera D 2, um Ipecacuanha D 3 und Hedera helix (Efeu). Noch einfacher ist die Einnahme der Keuchhustentropfen, die diese Mittel gesamthaft enthalten.

Verantwortlicher Redaktor: A. Vogel, Teufen