

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 10 (1953)  
**Heft:** 1

**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:** 21.02.2026

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

Silberlinden und auch amerikanische Linden angepflanzt, dass sich aber doch ja niemand täuschen lasse und die Blüten ernten möchte, denn sie ermangeln der erwähnten Heilwerte; im Gegenteil, sie können sogar unliebsame Störungen hervorrufen. Man erkennt sie an den zehn Kronblättern, während die Winter- und Sommerlinden bei uns nur fünf Kronblätter an den Blüten besitzen.» «Ja, du weisst gut Bescheid über dich und deine Verwandtschaft, aber auch über dein Wirken heute und in der Vergangenheit. Auch wir lieben dich und sind stets gern bei dir zu Gaste. Mögen dich auch die Menschen vergessen, wir Spatzen werden stets bei dir Einkehr halten!»

## 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.

### Krebsgeschwulst hinter dem Auge

Am 5. März 1952 schrieb ein Lehrer aus dem Zürichbiet über sein Augenleiden wie folgt:

«Noch gefährlicher als die offene Wunde am Fuss erscheint mir das geschwollene rechte Auge, das schon einige Monate so ist. Es ist wie etwas ausgetrieben und die Sehkraft hat abgenommen. Ich vermute fast, dass es von den Nieren kommt, dieses Uebel. Ich wäre schon lange zu einem Augenarzt gegangen, aber ich wollte zuerst einen zuverlässigen Naturarzt darüber befragen, damit wir zuerst innerlich heilen können, bevor ein Augenarzt nur lokal behandeln will. «Anderes Blut pflanzen,» sagte mir seinerzeit ein bekannter Naturarzt, «dann heilt eine Krankheit von selber.»

Dies stimmt und ist ein gesunder, guter und bewährter Standpunkt. Um nun anderes Blut zu pflanzen wurden die Venenmittel eingesetzt, also Hypericum- und Calcium-Komplex nebst Aesculus hippoc., denn gehabte Thrombosen zeigten an, dass die Venen nicht in Ordnung waren. Auch Leber- und Nierentropfen mussten angewandt werden. Um nun aber noch in vermehrtem Masse im Stande zu sein, neues, gutes Blut zu pflanzen, hatte ein Umstellung in der Ernährung zu erfolgen und zwar auf vollständig salzarme und eisweisse Naturkost. Auch die Tiefatmungsgymnastik musste als weiterer Heilfaktor noch Beachtung finden.

Nach einem persönlichen Besuch erhielt der Patient am 7. April zu den Venenmitteln hinzu noch die Blutdruckmittel und zwar ein Arteriokomplex, ein Mistelpräparat, Bärlauchwein und noch Lachesis D 12. Als spezifisches Mittel gegen das Geschwulst am Auge diente ferner noch Petasites, und als pflanzliches Antibiotikum Usneatropfen.

Am 14. Mai kam der Patient nach zweitägiger Spitaluntersuchung wieder nach Hause mit dem guten Bericht, dass die vorgesehene Operation nicht mehr dringend sei und ein Vierteljahr verschoben werden könne. Der Patient schrieb ferner noch:

«Und nun heisst es für uns: Kaufet die Zeit aus, auch wohl in dieser Sache. Ich möchte sie darum anfragen: Was kommt nun, was muss ich tun gegen meine Augengeschwulst? Gibt es gegen solche Geschwulste auch ein Mittel zur Heilung oder zur Zurückbildung?»

Die Antwort lautete unter anderem: «Ich habe mich sehr gefreut über Ihren Brief, und ich bin froh, dass die Ärzte so vernünftig sind und Ihnen eine Karenzzeit einräumen. Wir müssen nun alles daran setzen, um mit den Mitteln etwas zu erreichen.» Auch Auflagen mit Kohlblättern und Riesenampferblättern nebst Lehmwickeln, zubereitet mit Zinnkrauttee und Johannissöl wurden angeordnet. Mitte Juni stellte der Arzt fest, dass sich das Leiden inzwischen nicht verschlimmert und die Sehkraft nicht abgenommen habe.

«Das war, für mich und meine Frau, so schrieb der Patient, «ein grosser Trost, denn man ist oft niedergeschlagen bei einer solchen Krankheit, bei der der Professor einen Tumor feststellt, sämtliche Ärzte operieren wollen, und man so angesehen und behandelt wird, als hätte man schon Krebs im höchsten Grade.»

Es war wirklich beachtenswert, dass trotz diesem Bericht die Ärzte gleichwohl objektiv blieben, nichts Voreiliges und Ungeschicktes unternahmen, sondern die Natur arbeiten liessen. Der Patient hat nun also die durch die Ärzte gebotene Karenzzeit gut

ausgewertet und konnte nun am 5. November folgenden erfreulichen Bericht einsenden. Er schrieb unter anderem wie folgt:

«Als ich am 25. Oktober zum Augenarzt Dr. G. kam, war das Erste, was er sagte, als er mich sah: «Ja, Herr K. das Auge hat ja gebessert!» «Ich weiss es schon,» sagte ich. Dann begann er mit der Untersuchung des Auges, und während er mich untersuchte, sagte er einmal über das andere: «Das ist merkwürdig, das ist ja wunderbar, das ist mir ein Rätsel, das ist ein Wunder!» Dann ging er zur Sehtabelle und als ich ihm mit dem Glas, das er mir auflegte, bis ziemlich zu unterst die kleinste Schrift lesen konnte, kehrte er sich brusk gegen mich um und fragte: «Herr K., was haben Sie gemacht?»

Trotz der offenen Aussprache, die der Patient dem Arzt gewährte, stand dieser vor einem grossen Fragezeichen. Ich meinerte beigreife in einem solchen Fall natürlich nicht, dass der Arzt das Resultat nicht als freudigen Fund weiter zu verwerten sucht, denn wievielen Kranken könnte man einwandfrei helfen, wenn die Erfahrungen richtig erfasst und verwendet würden. Es mag ja schwer sein, zu begreifen, dass man mit den missachteten Naturheilmitteln solch wertvollen Wirkungseffekt erzielen kann. Eine deutsche, krebsforschende Gesellschaft hat zwar bereits selbst schon festgestellt und bekannt gegeben, dass die einfachsten, natürlichen Mittel bei der Krebsbehandlung mehr wirken als die vielen komplizierten Präparate der Chemo-Therapie. Da Krebs gewissmassen eine Entgleisung der Naturgesetzmässigkeit ist, kann man bei reiflicher Ueberlegung erwarten, dass nur naturgemäss Beeinflussung dieser degenerativen Zellerscheinung wieder Einhalt gebieten und sie korrigieren kann. Namhafte Ärzte und Biologen haben diesbezüglich schon manches beobachtet, weshalb zu hoffen ist, dass der Erfolg dieser Forschungen in der Krebsbehandlung vor allem aber auch in vorbeugendem Sinn bahnbrechend werde. Noch will es den wenigsten einleuchten, dass sich auch der Gesunde bereits schon in bezug auf Ernährung, Lebensweise und Diät gegen diese gefürchtete Krankheit einstellen kann. Die Kulturnahrung, die denaturierte Nahrung und die einseitige, tierische Eiweissnahrung haben viel dazu beigetragen, die Krebsdisposition zu schaffen und der grosse Ausweg, der für uns alle von gewichtiger Bedeutung sein wird, liegt, wie ich dies schon jahrelang betont habe, in der bescheidenen Rückkehr zur einfachen Naturnahrung. Dadurch kann das biologische Gleichgewicht im Körper aufrechterhalten werden, das durch Kulturnahrung, durch Konsernen aller Art, wie auch durch andere schlimme Entgleisungen, die sich in unsere Ernährung eingeschlichen haben, gestört wird. Diese Störung aber ist die Hauptvoraussetzung, die zur Bildung von Krebszellen führt. Wollen wir also dem Krebs nicht unbedacht in die Arme laufen, dann müssen wir uns dazu bequemen, unsere Lebensweise zu ändern, indem wir natürlich leben und uns wie unsere Vorfahren wieder mit Naturkost ernähren. Es ist also mehr als nur eine Modesache der Reformbewegung, wenn jemand seine Lebensweise umstellt, denn es wird dies immer mehr und mehr zur dringenden Notwendigkeit.

## AUS DEM LESEKREIS

### Heuschnupfenheilung nach Einnahme von Venenmitteln

Erfahrungen sind bekanntlich der beste Wegleiter, denn durch Beobachtungen wird man manches inne, was man sonst ganz einfach übersehen würde. Ein bereites Beispiel dieser Aussersetzung bietet folgender Bericht. Fräulein W. aus S. schrieb am 2. 9. 52.:

«Ich habe Ihnen noch zu danken für Ihre liebenswürdigen Zeilen anlässlich meiner letzten Bestellung und Ihre Aufmunterung wegen meiner dummen Beingeschichte. Ich bin sehr froh, dass ich Ihre Mittel habe und damit ein Schlimmerwerden verhüten kann. Uebrigens hatten Ihre Mittel eine sehr interessante Nebenwirkung! Ich vermute jedenfalls, dass es von diesen Mitteln kommt, denn ich weiss sonst keine Erklärung: Ich hatte diesen ganzen Sommer keinen Heuschnupfen! Sonst war ich seit meiner Kindheit ein armes, geplagtes Ding über die Heuzeit und Mittel aus der Apotheke halfen überhaupt nichts. Ich bin nun gespannt auf nächstes Jahr. — Werden Sie wieder zu einem Vortrag nach S. kommen? Alle, die Sie hören, würden sich freuen!»

Diese Mitteilung ist gar nicht so sehr erstaunlich, sondern bestätigt die Feststellung, dass wir mit allem Analysieren einerseits, mit peinlichstem Aufbau anderseits, doch noch immer nicht alle vorkommenden Wirkungskomplexe erfasst und erreicht haben. Darum ist es ja so bedauerlich, der Natur ins Handwerk pfsuchen zu wollen, ist sie doch viel weiser aufgebaut, als wir Men-

schen es je ergründen und erfassen können. Wir sehen aber auch das Beruhigende bei der ganzen Sache, dass wir uns auf Naturmittel auch in der Hinsicht verlassen können, da ihre Nebenwirkungen erfreulicher Art sind. Mit irgendwelchen andern verborgenen oder offenen Schäden, die wir gar nicht besonders zu bekämpfen beabsichtigen, können sie ganz plötzlich aufräumen, ohne unser Wissen und Dazutun, in dem Masse, in dem ihnen eben die Möglichkeit dazu offensteht. Aber ist dies schliesslich nicht auch so bei jenem Mitteln, die oft so willkommen frapant wirken, um uns anderseits aber wieder durch ihre oft heimtückischen Nebenwirkungen bitter zu enttäuschen? Ja, es ist interessant, von neutraler Warte aus sozusagen leidenschaftlos die Tatsachen mit ihren Auswirkungen zu verfolgen, denn nicht wir haben darüber zu verfügen, nicht unserer Fähigkeit und Möglichkeit steht es zu, diese Faktoren zu ändern, sie günstig oder ungünstig zu beeinflussen, sie wirken sich durch ihre Naturgesetzmässigkeit nun eben so aus, wie sie sich auswirken müssen. Wir aber können uns lediglich durch gründliches Beobachten und durch entsprechend geschickte Einstellung vor ungünstigen Auswirkungen schützen. Nun in dem erwähnten Fall haben wir ja wirklich eine denkbar günstige und sehr erfreuliche Feststellung zu verzeichnen. Wollten wir nun herausfinden, welche Mittel die günstige Nebenwirkung bewirkstigten, dann müssten wir dies auf weitere Beobachtungen verschieben. Wir möchten hier nur noch mitteilen, welche Mittel von den Patienten überhaupt verwendet worden sind, nämlich die Venenmittel: Hypericum-Komplex, Aesculus hippoc. und Calcium-Komplex nebst Wallwurztinktur und Lachesis D 12. Bestimmt wird es äusserst interessant sein, nächstes Jahr die entsprechenden Beobachtungen vorzunehmen, um die ganze Angelegenheit auch anderweitig zweckdienlich auszunützen und auswerten zu können.

### Ueber Heilweise und Ernährung in den Berggegenden

Es ist eigenartig, dass die Menschen auch in jenen Gegenden, von denen man vermutet, sie seien durch ihre Lage und Verhältnisse unmittelbar noch eng mit der Natur verbunden, in ihrer Lebensführung und Heilmethode doch ebenfalls weit von dem natürlichen Gesunden und Zertunlichen hinweggeraten sind. Aus einem Schreiben von Frau G. aus S. im Domleschg vom 8. Dezember 1952 geht deutlich hervor, dass diese unliebsame Saat in die Bergwelt eingedrungen ist durch die führenden Geister, denen das Volk sein Wohl und Wehe anvertraut und überlassen hat. Sie schreibt unter anderem wie folgt:

«Ihr Buch «Der kleine Doktor» habe ich eingesehen und werde es behalten. Ob schon mein verstorbener Gatte in seiner Bibliothek eine sehr grosse Anzahl Bücher über Naturheilkunde und anderes mehr besass und auch die Werke verschiedener grosser Ernährungsforscher, wie Birch-Benner, Hindhede und andere mehr, vorhanden sind, habe ich das Bedürfnis, auch Ihr Buch in diese Reihen zu nehmen. Ihr Werk ist ausgezeichnet in seiner Darstellung und führt uns in wunderbarer Weise in die Naturheilkunde hinein. Es ist wiederum ein geistiges Eigentum, das unbedingt in einem denkenden Haushalt hineingehört. Hier oben wissen die Leute noch sehr wenig von einem «Naturheilweg». Die Ärzte sind Schulmediziner, die mit Verachtung auf unsere Gottes-Kräutlein schenken und von einer gesunden Ernährung absolut nichts wissen wollen. Spritzen und Pillen sind da «Trumps». Ich kann nur mit grosser Mühe ein Kranke dazu bewegen, entsprechenden Tee einzunehmen und diät zu leben. Der Arzt sagt ihm einfach, dass die Ernährung absolut keine Rolle spielt. Man fühlt sich verpflichtet, sein Möglichstes zu tun, aber es ist sehr, sehr schwer.»

Kein Wunder, dass es schwer ist, wenn die führenden Geister den bequemeren Weg als den zweckdienlichen befürworten. Warum soll man da erst noch die unbequeme Umstellung vornehmen, wenn sie überhaupt nicht nötig ist! Und doch, es liegt ja auf der Hand, dass das, was wir zu uns nehmen, in kranken Tagen unser Wohl und Wehe bestimmt, ansonst ja auch die Mitteleinnahme ihren Zweck verlieren würde. Dem Patienten wird dadurch allerdings die unbequeme Umstellung erspart, dafür aber entzieht er sich auch vieler Hilfsmöglichkeiten, die ihn zu einer stabilen Gesundheit zurückführen würden.

### Ein neues Jahr

Eines von den vielen Jahren, die wir bereits durchlebt haben, hat sich bescheiden in sein Grab gelegt. Es ersteht nicht wieder. Viele sind froh, dass es mit seinen vielen Nöten dahingeschwunden ist. Was nun das neue bringen will, das auf leisen Sohlen über Nacht bei uns Einkehr hielte, das fragt man sich schon gar nicht mehr. Bescheiden lernt man jeden Tag nehmen, wie er kommt.

Warum soll man sich im voraus ängstigen? Warum soll man sich sorgen und quälen? Warum aber auch soll man unnütze Pläne schmieden in einer Zeit, die das sichere Gleichgewicht verloren hat? Was sich immer und immer gleich bleibt, ist das Schlagen der Uhr. Warum wollen wir nicht wie sie emsig sein, um Gutes zu wirken, in einer Zeit, die das Gute besteuert? Warum wollen wir nicht einfach nur unermüdlich sein wie die Zeiger der Uhr, die ständig ihre Pflicht erfüllen? Ja, dieses Erfüllen der Pflicht bringt Segen ins Haus. Wir wünschen uns Gutes und merken nicht, wie es sich schaffen lässt. Wir suchen das Gute in Zerstreuung und Vergnügen und merken nicht, dass das Leben aus der Arbeit des Alltags besteht. Die Uhr liebt ihren Alltag, denn sie wird nicht müde, ihn anzukündigen, ihn einzuteilen und ihn zur Ruhe zu legen. Lieben auch wir die Arbeit des Lebens, denn dieses besteht aus dem Alltag! Würzen wir diesen mit Dankbarkeit, statt mit dem Salz der üblichen Unzufriedenheit. Noch immer lässt der Schöpfer in seiner Güte die Sonne scheinen über Gerechte und Ungerechte. Wer von uns hätte soviel Geduld? Statt dessen zürnt ihm eine grosse Schar, weil er das Böse nicht verhindert hat. Lag dieses aber nicht in der Menschen Hand, indem sie eben dem helfenden: «Du sollst nicht» Beachtung gezollt hätten? Die Kriege mit ihren Nachwehen, wo wären sie dann? Wo wäre Not, Elend und Verdorbenheit? Der Zeiger der Uhr, er steht nicht still, selbst wenn wir uns besinnen wollen und doch, wir können uns dennoch besinnen auf das, was wir hätten tun und lassen sollen, dann vielleicht beschreiben wir das Blatt des neuen Jahres mit erfreulicher Taten wie bis anhin. Was auch die Gesamtheit tut, der Einzelne wird es kaum bestimmen können. Was aber der Einzelne für sich bestimmt, das wird ihm die Gesamtheit nicht völlig zu nützen machen, wenn er so beharrlich wie der Uhrenzeiger seine Pflicht freudig erfüllt. Wir wünschen, dass allen Lesern unseres Blattes dies im neuen Jahr gelingen möge, dann werden sie gar manches meistern, was vorher unmöglich erschien. Und ohne Groll wird sich auch im neuen Jahr Stunde an Stunde, Tag an Tag reihen. Was es bringt, weiß keiner von uns, was wir ihm aber geben wollen, das können wir selbst bestimmen, Gutes oder Leides.

Wir danken allen, die uns Gutes wünschten und werden uns auch im kommenden Jahr bemühen, viel Gutes auszustreuen.

### WICHTIGE MITTEILUNG

#### Liebe Kinder wisst ihr wo?

Ja, ihr habt es bereits des öfters vernommen, dass oben in den Bergen tief verschneit, für euch ein Häuschen bereit steht, damit ihr euch aus dem Nebel der Städte herausflüchten könnt, hinauf an die herrliche, warme Sonne des Engadins. Bald öffnet es seine Fensterläden, um Licht und Sonnenstrahlen einzulassen, und um euch zu zeigen, dass es auch heute noch Möglichkeiten gibt, fern von der Hast, der Eile und dem Lärm der Technik glücklich zu sein. Ihr liebt zwar alles, was sich rasch bewegt, alles, was lärmst und schreit, alles, was euch zerstreut und euch nicht viel Mühe bereitet. Warum aber wollt ihr nicht auch einmal die Stille geniessen mit ihrer kraftspendenden Freude? Wisst ihr, wie schön es ist, wenn man statt der vielen Mauern, tief verschneite, weissleuchtende Berge um sich herum hat, und wenn man statt in den dumpfen Nebel in den blauen Himmel hineinschauen kann? Im kleinen Dörlein Brail ist es wie im Märchen, nur dass es keine Schrecken und keine bösen Träume für euch bereit hält. Im Gegen teil, was euch schwer fiel, dürft ihr dort oben abschütteln, um euch an kindlichem Glück zu freuen, denn der Schnee bleibt dort wahrhaftig liegen. Er schmilzt nicht wie in den Städten und im Föhngebiet der Ebenen. Ihr könnt nach Herzenslust schlitteln und Skifahren und euch Kraft und Gesundheit holen. Alles ist für euch bereit, auch ein warmes Haus, ein gutes Bett, ein gesundes Essen und Räume zur Beschäftigung, denn Langeweile gehört nicht zu jenen, die gesunden wollen.

Also, vergesst es nicht, wohin ihr kommen könnt, wenn ihr es nötig habt. Gesundheit mit roten Wangen holt man sich im Winter im Kinderheim Vogel in Brail. Es öffnet seine Türen am 15. Januar 1953 und bleibt bis zur unliebsamen Schneeschmelze offen. Benützt also die Gelegenheit, denn nur eine kleine Anzahl findet Platz. Wer gesunden und erstarken will, melde sich daher möglichst bald bei:

Fräulein Vogel und Fräulein Wendler  
in Teufen (App.)