

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

Werbung

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>

Anforderungen einer reinen Naturkost, wiewohl ich mich möglichst nur an das hielt, was ich für meinen Zustand einigermaßen noch verantworten konnte. Heimgekehrt, habe ich mir dann noch durch wöchentliche Schlenzbäder und später durch Schwitzbäder zu Hause weiter geholfen. Als mir die Zeit zu diesen Behandlungen fehlte, befolgte ich Ihre Weisung und nahm täglich morgens früh eine ansteigend heisse Dauer-dusche. Meiner trägen Verdauung und meiner Leberstörung kam ich bei, indem ich zuguterletzt, wie bereits schon erwähnt, ganz auf Rohkost überging. Ausser den Aepfeln, liess ich zur besondern Schonung der Leber auch die andern Früchte weg. Diese Diät befolgte ich ein halbes Jahr, ebenso den guten Rat, der in den «Gesundheits-Nachrichten» erschien, den rohen Kartoffelsaft mit Carottensaft zusammen zu mischen. Seither kostet es mich weniger Ueberwindung dieses notwendige Mittel bei arthritischen Erscheinungen regelmässig wenigstens täglich einmal einzunehmen. Mit Beginn der Erdbeerzeit ging ich auch wieder auf Beeren- und Früchtegenuss über ohne dadurch Schaden zu leiden. — Die gesamte Kur hatte zur Folge, dass ich meine Arthritis, die sich beim Gehen und Bücken und beim Bewegen der Arme sehr hindernd auswirkten, wieder los wurde. Ich beabsichtigte nur einigermaßen schmerzfrei und leistungsfähig zu werden und bin nun sehr erfreut über den unerwarteten Erfolg. Ich werde natürlich in meinen Bemühungen weiter fahren, wenn ich nun hie und da auch wieder etwas gekochte Gemüse und Kartoffeln essen werde, da sich auch meine Verdauung wieder wesentlich gebessert hat. — Erfreulicherweise habe ich durch diese Kur auch mein Uebergewicht wieder verloren und bin nun froh, um vieles erleichtert zu sein, denn ich besitze nun wieder mein Normalgewicht, mit dem ich vormals gut gefahren bin.»

Es ist sehr erfreulich zu sehen, wie die guten Ratschläge befolgt werden und sich auch als wirksam erweisen. Dabei ist allerdings die Ausdauer immer etwas, was unbedingt in Betracht fällt, wie auch das Durchhalten in Diätfragen.

AUS DEM LESERKREIS

Feuchtheisse Kompressen gegen Migränekopfweh

Anfangs September teilte uns Frau B. aus P. in Californien mit:

«Noch nie konnte ich mein Migränekopfweh anders als nur mit Hilfe von Aspirin-tabletten beheben. Nun aber las ich im «Kleinen Doktor», dass feuchtheisse Kompressen im Nacken aufgelegt, gut dagegen wirken sollen. Ich versuchte daher bei der nächsten Gelegenheit diese Anwendung und bin nun sehr erfreut, für die Zukunft ein natürliches Mittel zu kennen, denn mein Migränekopfweh verliess mich unmittelbar während der äusserst einfachen Behandlung.»

Man kann auch Zwiebelwickel im Nacken auflegen. Sie wirken noch stärker, nur sind sie wegen dem Geruch nicht von jedem bevorzugt.

Rohr Kartoffelsaft bei Herzbeschwerden

Gleichzeitig mit dem ersten Bericht erzählte Frau B. noch eine weitere hilfreiche Erfahrung:

«Meine siebenjährige Kleine sollte wegen Asthma und Herzstörung auf ärztlichen Rat hin wieder wie so oft schon ins Bett liegen. Das Jahr hindurch muss infolgedessen die Arme gesamthalt etwa 7 Monate das Bett hüten. Da diese Störungen durch einen gewissen Rheumatismus verursacht werden, der die Herzmuskeln angreift, liess ich mir den Rat, den ich im «Kleinen Doktor» gegen Rheumatismus las, nicht zweimal sagen, sondern wandte morgens nüchtern rohen Kartoffelsaft bei dem Kinde an. Ich war sonst gewohnt, dass die Kleine morgens das Frühstück verweigerte und sich unlustig und müde auf den Fussboden legte als Ausdruck gänzlicher Ermattung und Erschöpfung. Seit ich ihr nun aber den rohen Kartoffelsaft gebe, ist ihr Aberwille gegen das Essen verschwunden und sie frühstückt ganz befriedigend mit uns zusammen.»

Dass Frau B. auch über diese Erfahrung sehr erfreut ist, ist begreiflich. Sie wird den Zustand des Kindes noch wesentlich helfen durch Eingabe von biologischem Kalk und Lärchenmoos, also Usnea.

Verantwortlicher Redaktor: A. Vogel, Teufen

Toggenburger Reform-Biber

hergestellt aus reinem Bienenhonig und Roh-Rohrzucker.

Versuchen auch Sie diese vortreffliche Spezialität, die sich vor allem zu Geschenkzwecken besonders gut eignet.

Zu beziehen in

Basel: Reformhaus Fleischmann, Feldbergstr. 89
Bern: Reformhaus Ruprecht, Christoffelgasse 7
Biel: Reformhaus C. Bucher, Rosiusstr. 8
Kreuzlingen: Reformhaus H. Eberle-Müller, Marktasse 5
Lausanne: VITA NOVA, Th. Veyre, Rue du Midi 15
Olten: Reformhaus Gerber, Hübelstr. 3
Thun: Reformhaus A. Bucher, Bernorgasse 12
Wetzikon: Reformhaus Hasler-Auer, Bahnhofstrasse
Zürich: Oerlikon: Reformhaus Naef, Salerstr. 12 und
Filiale in Schwamendingen, Dübendorfstr. 7
oder direkt beim Hersteller: Konditorei Ott, Degersheim.

Weihnachtsbestellungen bitte für das Ausland (Uebersee) frühzeitig aufgeben. In- und Auslandpakete werden prompt und sorgfältig ausgeführt.

Chiropraktik

GIBT DEM LEBEN JAHRE
UND DEN JAHREN LEBEN

Dr. EMIL SIEGRIST - ZÜRICH

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

„Der kleine Doktor“

ist trotz seiner Bescheidenheit in der Nachfrage und im Absatzgebiet über Erwarten gross geworden.

Begeisterte Zuschriften aus der Schweiz und dem Ausland beweisen, dass die Ratschläge, die «Der kleine Doktor» erteilt, bereits dazu beigetragen haben, dieses Buch beliebt zu machen und es zum unentbehrlichen Helfer werden zu lassen. Für jeden, der einige seiner Ratschläge nutzbar gebrauchen konnte, hat sich das Buch bereits bezahlt gemacht.

Wenn Sie das Buch schon besitzen, und es Ihnen dient, dann denken Sie auch an Ihre Freunde, besonders an die Auslandsschweizer, denen es unschätzbare Hilfe sein kann.

Für Fr. 9.50 können Sie Ihren Freunden in Nah und Fern kein besseres Geschenk auswählen.

Die neue Auflage ist in Reinleinen und zudem noch etwas erweitert. Wer schon die erste, broschurierte Auflage besitzt, der schenke sie einer armen Familie und beschaffe sich das neue, gebundene Buch. Trotzdem sich ein höherer Preis der neuen Auflage gerechtfertigt hätte, haben wir ihn nicht erhöht, um jedem die Anschaffung zu ermöglichen.

Die grosse Arbeit, die «Der kleine Doktor» erforderte, hat sich gelohnt, denn er bereitet vielen Freude, Hilfe und Beruhigung und zwar auf eine äusserst einfache und billige Weise.

Herausgeber und Verlag: A. Vogel, Teufen

Bestellschein

Wir wünschen per *Nachnahme* zu Fr. 9.95 ein Exemplar des «KLEINEN DOKTOR» zu erhalten.

Genaue Adresse:

NB. Bitte, deutlich ausgefüllter Bestellschein ausschneiden und in unverschlossenem Briefumschlag als Drucksache mit 5 Rp. frankiert an die Administration der «Gesundheits-Nachrichten» in Villmergen zu senden.

Erholungsheim „Günnehus“ Teufen

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

Schwester H. Joss und Fr. 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.—



**VERDAUEN SIE
DEN
SALAT NICHT GUT?
DANN
Lacta-Essig**

ESSIG AUS KONDENSIRTER MOLKE 50°
Fabrikant: Bourgeois-Frères & Cie S.A., Bellingues, Waadt

In Olten

erhalten Sie A. Vogels Getreide- und Fruchtkaffee, Weizenkeime, Hagebuttenmark, sowie alle anderen bewährten Produkte von Herrn A. Vogel.

**Reformhaus
Gerber**
Hübelstr. 3, Tel. 5 32 60
Gemüse • Früchte
OLTEN

Reform-Birnbrot

Eine hervorragende Spezialität aus der bekannt gutgeführten KONDITOREI OTT, DEGERSHEIM.

Erhältlich in vielen guten Reformhäusern, und wo nicht, beim Hersteller.

Eine erfolgreiche

HERBST-KUR

mit Kräuterbädern, Massagen, Darmbädern, Schlensbädern, Diät-nahrung. Erfolgreiche Oehlkuren in 10 Tagen für Leber-Galle. Packungen für Arthritis. Säfteuren aus frischem Gemüse und Obst unter Anwendung von Naturheilmitteln (Frischpflanzenpräparaten von A. Vogel) kann im Appenzellerland durchgeführt werden im

Kur- und Heilbad Schoch-Köppel, Schwellbrunn

in wunderbarer, ruhiger Höhenlage mit prächtiger Aussicht (972 m. ü. M.). Pensionspreis Fr. 12.50. Heimelige Zimmer mit fliessendem Wasser kalt und warm (Oelheizung). Telefon (071) 5 23 55.

Es gibt wieder

VON TOBEL Reform- Sauerkraut!

Das herrliche Spezial-Sauerkraut des Reformhauses: aus biologischem Kabis unter Zusatz von ganz wenig Kochsalz, dafür ausgewählten Gewürzen in bestem Verhältnis. Aber — achten Sie auf die Marke «VON TOBEL»!

„Platenius-Sitzdusche“

zur hygienischen Dampfpflege
(geht auch als Wärmeflasche)



Bildprospekt durch:
ROLF KOCH, Ebikon 41 LU

In über 10 000 Familien werden die «Gesundheits-Nachrichten» gelesen. Daher haben Inserate stets guten Erfolg!

A. Vogels Flockenbrot

ist bereits erhältlich in:

Aarau	Reformhaus Müller, Rain 16
Balsthal	Herrn Staub-Bader, Feinbäckerei
Basel	Reformhaus J. Fleischmann, Feldbergstr. 89
	Reformhaus K. Bürki, Klosterberg 23
	Reformhaus Merz AG., Pfluggasse 1
	Reformhaus Vita, Gertrud Scheidegger
Bern	Reformhaus Ryfflihof, Neugasse 30
	Reformhaus Studer, Breitenrainplatz 36
	Reformhaus Ruprecht, Christoffelgasse 7
	Reformhaus Simson Müller, Kramgasse 50
	Herrn Frauchiger, Bäckerei, Egghölzliweg 36
	Herrn Ingold, Feinbäckerei, Markt-gasse
	Herrn Meyer, Reformprod., Brunnmattstr.
	Reform-Bäckerei K. Geiser, Neubrückstr. 70
Biel	Reformhaus Bucher, Rosiusstr. 8
	Reformhaus Ammon, Bözingerstr. 167
	Reformhaus Stricker, Bahnhofstrasse
Brugg	Reformhaus Müller, Kirchgasse 8
Chur	Reformhaus Martin, Regierungsplatz 14
Davos-Platz	Reformhaus Wendel
Glarus	Herrn Trümpler, Rathausgasse
Grenchen	Reformhaus Ackermann-Walker, Kirchstr. 62
Gstaad	Herrn Herrmann, Kolonialwaren
Horgen	A. und L. Heusser
Interlaken	Herrn H. von Gunten, Reformprodukte
Langnau	Herrn Flückiger, Comestibles, Dorfstrasse
Locarno	Muralto: Reformhaus Novavita
Luzern	Reformhaus Greter, Frankenstr. 4
	Reformhaus Geiser-Meyer, Waldstätterstr. 7
Meiringen	Herrn Hofer, Reformprodukte, Zürichstr. 85
Münsingen	Herrn Berger, Conditorei
Olten	Herrn Leibundgut, Reformprodukte
	Reformhaus A. Stoll, Martin-Distelstr. 3
	Filiale: Baslerstr. 86
	Reformhaus Gerber, Hübelstr. 3
Pratteln	Herrn K. Schwab, Konditorei
Rapperswil	Reformhaus Schatz, Herrenberg 28
Rothrist	Fr. Schori-Hauri, Reform-Produkte
Rüti	Reformhaus Müller, Dorfplatz
Saanen	M. Jaggi-Müller, Kolonialwaren, Saanen
Solothurn	Herrn Lehmann, Bäckerei, Bertastr. 10
Spiez	Frau A. Strauss, Reformprodukte
Sursee	Herrn Josef Bosshard, Baselstr. 510
St. Gallen	Reformhaus Fr. Ida Gähwiler, Speiserg. 34
St. Moritz	Frau Bosshard, Bircher-Pension
	Herrn Glattfelder, Kaffee - Tee
Steffisburg	Reformhaus Max Lips
Thun	Reformhaus Bucher, Bertengasse 12
	Reformhaus Maurer, Obere Hauptgasse 10
Oberhofen	Reformhaus Jutzi, Schloss-Drogerie
Schaffhausen	Reformhaus Müller, Schützengraben 23
Turbenthal	Herrn Hans Suter, Gyrenbadstrasse
Wädenswil	Reformhaus E. Epprecht, Zugerstr. 13
Weinfelden	Reformhaus Enz-Brenner, Amriswilerstr. 28
Wetzikon	O. Hasler-Auer, Lebensmittel - Delikatessen
Winterthur	Reformhaus Scholl, Obere Kirchgasse 8
	Reformhaus Müller, Markt-gasse 45
Zerne	Frau Kazierczak-Davaz, Pfefferminz-Kultur
Zofingen	Reformhaus G. Wüthrich-Roth
Zürich	Reformhaus Müller AG., Reanweg 15
	Reformhaus Egli & Cie., Münsterhof
	Reformhaus Müller-Stricker, Zweierstr. 120
	Reformhaus Steffen, Schaffhauserstr. 39
	Reformhaus Müller, Feldegstr. 50
	Reformhaus Mettler, Nüschelerstrasse
	Reformhaus Naef, Sallerstr. 12
	und Filiale, Dübendorfstr. 7
	Reformhaus Klöti, Im Talhof, Talackerstr. 35
	Frau M. Haberstock, Reginastr. 2

Weitere Interessenten für den Verkauf möchten sich melden entweder bei A. Vogel, Teufen oder Herrn Karl Geiser, Postfach 24, Bern 9 (Hersteller des Flockenbrot), damit sie als Verkaufsstellen in der nächsten Nummer ebenfalls veröffentlicht werden können.

A. Vogels FLOCKENBROT wird nach der Art der Naturvölker zubereitet und entspricht auch dem, was schon den alten Römern und Helvetiern Kraft verliehen hat. Für Gross und Klein ein wohlschmeckendes Brot aus dem ganzen Roggen- und Weizenkorn mit Zusatz der mineralstoffreichen Reiskleie.