

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

**Herausgeber:** A. Vogel

**Band:** 11 (1954)

**Heft:** 1

**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:** 21.01.2026

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

man auch andere Produkte, die nichts mit der Gesundheit zu tun haben. Zwar ist ja auch bei uns in Europa manches in den Reformhäusern zu finden, was nicht hineingehörte. Da aber auf der Etiquette nicht die genauen Angaben des Inhaltes vermerkt sein müssen, ist eher ein Entschuldigungsgrund dafür aufzubringen.

#### Geheime Schädigungen

Mancher mag diese Erwägungen als übertrieben ansiehen, denn manche können den grössten Durcheinander essen und trinken, ohne nennenswerte Störungen zu beobachten. Wein, Bier, Likör und gefärbte, künstliche Getränke sind bei solchen oft an der Tagesordnung, aber gleichwohl können sie sich dabei verhältnismässig noch wohler fühlen als jene, die darauf achten, was sie einnehmen. Man sollte sich hierüber allerdings nicht täuschen lassen, denn ich konnte schon feststellen, dass Menschen, die ständig starke, narkotische Gifte, ja sogar Rauschgifte zu sich nehmen, scheinbar keine gesundheitlichen Störungen hatten. So habe ich auch in Oesterreich beachten können, dass Frauen, die Arsenik einnahmen, um schöne Augen und eine schöne Haut zu bekommen, gar keine bemerkenswerten Störungen aufwiesen. Sie konnten sogar mit der Zeit immer grössere Dosen ertragen, die einem Menschen, der nie solcherlei Gifte eingenommen hat, das Leben kosten könnten. Wenn nun aber diese Leute plötzlich mit solchen Mitteln aufhören, dann entstehen starke Reaktionen, worüber man förmlich erschrecken kann, und man begreift, wenn sie erneut wieder zu den gleichen Giften greifen müssen, um sich überhaupt einigermassen über Bord halten zu können. Auch beim Alkoholiker und starken Raucher verhält es sich ähnlich. Das Einstellen solcher Giftstoffe ist schwer, weil der betrogene Körper alsdann seine ganze Rechnung vorweist. Entwöhnungsanstalten sind daher für Giftüchtige nicht unangebracht, denn in der Regel kann der Kranke nicht plötzlich mit den Giften krass abbrechen, da er sonst an den starken Reaktionen seelisch und körperlich zugrunde gehen könnte. Man muss die Gifte unter Aufsicht weiter geben und zwar in immer grösseren Abständen und immer kleineren Dosen. Dadurch kann die Reaktion abgeschwächt, erträglich gestaltet und somit eine langsame Abgewöhnung erreicht werden. Diese Erwähnungen zeigen, dass man sich nicht darüber hinwegtäuschen darf, wenn auch Fehler und Mängel nicht sofort akut in Erscheinung treten. Wenn der Chirurg eine gewisse degenerative Form der Leber als Säuferleber bezeichnet, wenn er ferner auch von einer Niere sagen muss, sie sei eine Säuferniere, dann zeigt dies, dass gewisse Organveränderungen langsam, ohne sofortige akute Merkmale entstehen können. Plötzlich können sie aber zu schlimmen Formen übergehen, bei denen oft jede menschliche Kunstform versagt.

Wenn eine grosse Tanne vom Sturm umgerissen wird, ist der Sturm allein nicht immer die eigentliche Ursache. Manchmal ist sie von innen heraus faul, stockrot, wie der Holzfäller sagt. Ein guter Förster erkennt dies schon an den äussern Symptomen. Manchmal sind es aber auch andere Ursachen, die einer Tanne gefährlich werden können. Kleine, schädliche Käfer können sich unter der Rinde befinden, oder wieder andere Schädlinge können die Wurzeln zernagen. Aber auch diese kleinen Ursachen können grosse Auswirkungen haben, es braucht nur etwas mehr Zeit, bis sie sichtbar werden. — Weil dem so ist, möchte ich auf solche kleine Ursachen hinweisen, da sie fähig sind, mit der Zeit unsern Lebensbaum zu gefährden, wenn man sie nicht beachtet.

Konservierungsmittel, Farben, Aromas, Ueberreste von chemischen Spritzmitteln an Früchten und Gemüsen, sie alle können als unbedeutend betrachtet werden, und doch sind diese scheinbar geringen Fehler und Mängel in gesundheitlicher Hinsicht wie Füchse, die den Weinberg verderben.

## Der Fleck im Tischtuch

Wenn dich Sorgen quälen, dann vergleiche sie mit einem Flecken im Tischtuch, der grösser und grösser zu werden scheint, je länger du ihn betrachtest. Schau ihn daher lieber nicht mehr an und sprich mit niemandem darüber, sonst erfahren andere davon. Sie werden darauf aufmerksam gemacht und reden darüber. Wenn du Leute zu Besuch hast, dann decke deinen Flecken mit einem hübschen Gegenstand zu, damit man ihn nicht sehen kann. Unterhalte dich mit deinem Besuch über alles Mögliche, nur nicht über diesen Flecken, und du wirst ihn bestimmt selbst vergessen. Sei ja nicht so ungeschickt, deshalb andere Menschen zu meiden und keinen Besuch zu empfangen, denn dann hast du alleine immer wieder Gelegenheit den Flecken zu beachten und dich darüber zu quälen. Wenn du ihn ausgewaschen hast, dann lass dein Tuch nicht aus Furcht, die Nachbarin oder andere könnten es gewahr werden, auf dem Estrich trocknen, sondern hänge es ruhig an die Sonne. Der Sonne Licht und Kraft wird die letzte Spur des verhängnisvollen Fleckens mit der Zeit völlig bleichen und eines Tages wird er gänzlich verschwunden sein. Du aber wirst froh sein, dass du niemandem Gelegenheit gegeben hast, sich voll Schadenfreude über deinen Flecken lustig zu machen.

Denk in Bedrängnis immer an diesen einfachen Vergleich, denn er mag dir veranschaulichen, wieviel besser es ist, geschickt über Schwierigkeiten hinwegzukommen, statt sich darüber nutzlos zu grämen.

## 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.

#### Hartnäckige Nervenentzündung

Am 2. Mai 1953 schrieb Herr D. aus B. über sein Ergehen wie folgt: «Schon seit dem letzten Winter habe ich in der rechten Seite periodisch Schmerzen, welche sich von der rechten Gesäßseite bis hinunter, oberhalb des Fusses hinziehen. Es hat Tage gegeben, an denen ich keine Schmerzen verspürte, welche dann aber bei Witterungsumschlägen ziemlich stark aufraten. Es muss da irgendwo ein Nerv entzündet sein, denn sobald ich mich auf einen Stuhl setze, und der Oberschenkel auf dem Stuhlrand drückt, bekomme ich im Unterschenkel, rechts vom Schienbein, würgende Schmerzen, welche mich manchmal beinahe zum Schwitzen bringen. An einer Stelle zwischen Wade und Schienbein ist der Schmerz eher ein Brennen. Im Bett lege ich mich meistens auf die linke Bauchseite, da ich so am besten einschlafen kann, denn sobald ich mich auf die rechte Seite lege, kommen die Schmerzen stärker. — Im Monat März habe ich mich von einem Arzt untersuchen lassen, welcher mir sagte, dass der Ischiaskrampf entzündet sei, man habe jetzt aber ein sehr gutes Mittel, um solche Schmerzen in mehr oder weniger kurzer Zeit zu beheben. Ich bekam dann 6 Goldspritzen, je eine pro Woche. Die Schmerzen blieben. Nachher musste ich 20 Stück „Irgapyrin-Tabletten“ schlucken, 4 Stück pro Tag. Die Schmerzen verschwanden für ca. 3 Wochen, sind jetzt aber wieder gekommen. Tabletten möchte ich keine mehr nehmen, denn es ist mir, meine Sehschärfe habe abgenommen, seit ich diese Gifkugeln genommen habe.»

Zum Einreiben der Schmerzstelle, wie auch zum Einnehmen erhielt der Patient nun Wallwurztinktur. Ferner wurden ihm zusätzlich noch die spezifischen Nervenmittel Avena sativa, Acid. phos D 4 und Acid. picr. D 6 empfohlen. Da sich Magnesium phos. D 6 speziell bei Nervenentzündung bewährt hat, erhielt der Kranke auch dieses Mittel noch und zwar zur Einnahme von einer Tablette etwa alle 5—10 Minuten bei Schmerzen. — Als physikalische Anwendung wurden heiße Wasser-Kompressen 2 mal täglich  $\frac{1}{2}$  Stunde lang und anschliessend ein warmer Johannisölwickel verordnet. — Die Ernährungsvorschriften lauteten wie üblich auf naturreine, kochsalzarme, wie auch eiweißarme Nahrung. Scharfgewürzte Speisen mussten gemieden werden. Dagegen wurden viel Frischgemüse, Rohsalate und Vollkornprodukte nebst rohen Gemüsesäften von Carotten, Kohl, Kabis oder Kartoffeln verordnet.

Am 7. August ging folgender erfreulicher Bericht ein:

«Mit der Kur habe ich um den 20. Juni herum begonnen und bin mit dem Erfolg derselben mehr als zufrieden. In den ersten Tagen haben sich die Schmerzen gesteigert, doch habe ich dies als ein gutes Zeichen gedeutet. Nachher haben die Schmerzen langsam aber stetig abgenommen und seit letzten Montag spüre ich beinahe nichts mehr. Die Mittel habe ich genau nach Vorschrift eingenommen, doch Kompressen habe ich keine gemacht, sonst würde der Heilungsprozess sicher noch weiter fortgeschritten sein. — Es freut mich sehr, dass ich mit Ihren Mitteln einen solchen Erfolg erreicht habe, wo alle ärztlichen Spitzen und Mittel versagt haben. Ich möchte nun die Kur forsetzen und bitte sie höflich, mir die fehlenden Mittel umgehend zu senden, damit ich sicher bin, dass die Nervenentzündung ganz ausgeheilt ist.»

Es ist erfreulich, dass der Patient schon auf diese einfache Behandlung so günstig reagiert hat. Rasch und sicher wirkt, wenn auch diese Mittel versagen sollten, und der Patient keine offensichtliche Abneigung gegen Injektionen hat, auch eine homöopathische Einspritzung von Ameisensäure im Wechsel mit Rhus tox. in homöopathischer Potenz.

## AUS DEM LESERKREIS

### Regenbogenhautentzündung

Am 16. Oktober 1953 schrieb Herr B. aus H. über seine erfolgreiche Behandlung von Regenbogenhautentzündung folgenden Bericht:

«Ich möchte Ihnen meinen allerbesten Dank aussprechen für die guten Ratschläge, die Sie mir erteilten betreffs Regenbogenhautentzündung. Wirklich konnte ich bald eine leichte Besserung verzeichnen und heute ist das Auge wieder völlig geheilt. Nochmals meinen aufrichtigen Dank.»

Dem Patienten, der am 1. September bei uns Rat eingeholt hatte, wurde zur tüchtigen Durchblutung abwechselndweise die Einnahme von Hyperikum- und Arteriokomplex empfohlen, zur Stärkung Calcium-Komplex und ferner zur Gefässerweiterung Belladonna D 4. Zur äussern Pflege wurden Umschläge mit Kamille, Augentrost oder Lehm verordnet und zur Ableitung Zwiebel- und Kohlblätterwickel auf den Nacken. Ferner wurde Rüebliasaft empfohlen und zur Anregung einer guten Nierentätigkeit musste täglich ein Glas Nierentee getrunken werden. Vor dem Zubettgehen war ein Wechselbad zu nehmen und auch während des Tages stets für warme Füsse zu sorgen. — Es sind dies alles einfache, leichtdurchführbare Verordnungen und doch hatten sie den erwünschten Erfolg.

### Tränende Augen

Frau S. aus H. schrieb am 9. Oktober 1953, dass sie seit 2 Jahren tränende Augen habe, die trotz ärztlicher Behandlung einfach gar nicht bessern wollten. Ihr wurde geraten, täglich 1 Tropfen Euphrasiatinktur leicht in die Augen einzurieben. Ferner wurden zusätzlich warme Augenbäder mit Augentrostabsud verordnet und zur Kräftigung der Schleimhäute noch Galeopsis und Urticalcin, also Calcium-Komplex. Des weiteren war noch auf folgendes zu achten: auf kochsalzarme, rohkostreiche Ernährung, auf gute Nierentätigkeit und auf warme Füsse, weshalb Wechselfussbäder angeordnet wurden. Schon am 27. Oktober konnte die Patientin eine erfreuliche Besserung melden. Sie schrieb:

«Mit grosser Freude kann ich Ihnen berichten, dass die tränenden Augen von Ihnen erhaltenen Mitteln ziemlich viel gebessert haben.»

Es ist dies für die Kürze der Behandlungsdauer ein erfreulicher Schritt zur Heilung.

### Bronchialkatarrh

Frau L. aus M. schrieb gegen Ende Mai 1953, dass ihr dreijähriges Bübchen bereits ein Jahr an Bronchialasthma leide und den Eltern viel Sorge bereite, weil durch alle Massnahmen keine nennenswerte Heilung erzielt worden sei. Als spezifisches Mittel erhielt das Kind Asthmatriopfen, ferner zur Behebung des Kalkmangels nebst Calcium-Komplex, also Urticalcin, noch Galeopsis und Vitaforce. Zur Stärkung des Lungengewebes kam noch der Usneakomplex hinzu. Auch wurde 3mal eine wöchentliche Einspritzung von homöopathischer Ameisensäure durch eine Pflegerin verordnet. Frische Salate nebst Gemüsesäften, vor allem Carottensaft und auch frischgepresste Fruchtsäfte wurden empfohlen, dabei Voilkörnergerichte aus Naturreis, Weizen und Hafer nicht ausser acht gelassen, im übrigen

aber in bezug auf Ernährung noch auf die Ratschläge im «kleinen Doktor» hingewiesen. Für gute Nierentätigkeit wurde durch Hagebuttenkernlitee gesorgt und für gute Darmtätigkeit durch frischgemahlenen Leinsamen. Als physikalische Anwendung war öfters ein heisses Bad mit anschliessend kühlem Ueberguss zu geben, ferner war darauf zu achten, dass das Kind möglichst bei offenem Fenster gut zugedeckt schlief.

Ende September 1953 traf folgender Bericht ein:

«Ich möchte es nicht unterlassen, Ihnen mitzuteilen, dass sich Ihre Mittel bei unserm Bübchen bestens bewährt haben. Habe ihm seit dem Frühjahr regelmässig in kleinen Mengen davon gegeben, und konnte eine überraschende Besserung seines Gesundheitszustandes feststellen. Den ganzen Sommer über hat es nie an Bronchitis gelitten, und die Asthmaanfälle haben sich überaus selten eingestellt. — Leider ist unser Wohnort ziemlich tief gelegen und neblig, so dass ich dem Herbst und Winter ziemlich skeptisch entgegensehe, doch hoffe ich sehr, dass mir Ihre Mittel helfen werden, unsern Peterli glücklich auch durch diese Zeit zu bringen.»

Solche Berichte sind erfreulich, da bei Asthma oft nur ein Wohnen in der Höhe zu helfen vermag.

Verantwortlicher Redaktor: Dr. h. c. A. Vogel, Teufen

## DARMTRÄGHEIT

überwinden hilft die praktische

### „Platenius“-Sitzdusche

Geht zugleich als



Wärmeblasche

Bildprospekte durch: Rolf Koch, Ebikon 41 LZ

Qualitäts-

### Weizenkörner

«SILIZIUM»-Urgesteinsmehl  
gedüngt, liefert 5 Kilo Fr. 6.-  
plus Porto .90,  
solange Vorrat:

Rolf Koch, Ebikon 41 LZ  
Tel. 041 - 3.81.77

## VON TOBEL Reform- sauerkraut

am beliebtesten!

Seit vielen Jahren ist das VON TOBEL Reform-Sauerkraut im Reformhaus am besten eingeführt. Es hat sich glänzend bewährt — man fährt mit ihm immer gut. Verlangen Sie darum ausdrücklich die Marke

VON TOBEL!

### Bei Adressänderungen

ist es unerlässlich, mit der Bekanntgabe der neuen, auch die bisherige Adresse nochmals zu wiederholen. - Durch diese Beachtung ersparen Sie sich und uns unnötige Mühe. Wir danken!

Eine erfolgreiche

## WINTER-KUR

mit Kräuterbädern, Massagen, Darmbädern, Schlenzbädern, Diätahrung. Erfolgreiche Oehlkuren in 10 Tagen für Leber-Galle. Packungen für Arthritis. Säfteküren aus frischem Gemüse und Obst unter Anwendung von Naturheilmitteln (Frischpflanzenpräparaten von A. Vogel) kann im Appenzellerländli 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.