

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 11 (1954)  
**Heft:** 2

**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:** 12.01.2026

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

wichtigen Mineralien, vor allem Kalk enthält und zudem noch vorzüglich auf die Schleimhäute von Magen und Darm wirkt, sollte ebenfalls auf unserer Salatplatte nicht mehr fehlen, bis es wieder frische Grünsalate im Garten gibt. Lauch, der ganz fein geschnitten und mit Molkenkonzentrat und Oel oder Rahm zubereitet wird, stellt für die Bauchspeicheldrüse ein natürliches Heilmittel dar. Es wirkt als solches schon in kleinen Mengen besser als manch teures Medikament. Wenn vor allem Zuckerkranke wüssten, wie gut der Lauch für sie wäre, würden sie keinen Tag mehr darauf verzichten wollen.

Wie leicht lässt sich mit diesen Rohgemüsen feine, belegte Brötchen zubereiten, wenn man das köstlich mundende Vogelbrot mit Rahmqark bestreicht, nach Wunsch etwas Knoblauch oder Zwiebeln daraufstreut und mit feingeschnittenen Rohsalaten überdeckt. Auf solch einfache Weise erhält man eine schmackhafte, ansprechende und gesunde vitamin- und nährsalzreiche Naturnahrung.

Zusammen mit dem Getreide- und Fruchtkaffee mundet uns Vogels Flockenbrot auch vorzüglich zum Frühstück, bestreichen mit Hagebuttemark, dem Vitamin-C-reichen Brotaufstrich oder mit Bienenhonig, auf den man zur Bereicherung noch ein Löffelchen Linosan streut, dieses neue, schmackhafte Leinsamenpräparat, das bei Verstopfung und Darmträgheit eine grosse Hilfe sein kann. Selbst im Birchermüesli ist Linosan eine wertvolle Bereicherung und Nahrungsergänzung. Im Reformhaus wird sich jeder unschlüssige Fragesteller noch weitern Rat einholen können, um ohne Schädigung durch die vitaminarme Zeit hindurch kommen zu können.

## 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.

### Behandlung von Gesichtsschmerzen und ihre Folgen

Frau G. aus A. schrieb Ende Mai vorigen Jahres, dass sie wegen Gesichtsschmerzen schon lange in ärztlicher und zahnärztlicher Behandlung stehe, aber weder Arzt noch Zahnarzt konnten der Patientin helfen, wie diese entmutigt schrieb, obwohl sogar gesunde Zähne als vermeintliche Ursache gezogen wurden. Die Patientin schilderte ihren geschwächten, schmerzhaften Zustand als furchtbar. Nächts konnte sie nicht mehr schlafen vor Schmerzen und bekam schreckliche Angstzustände und tagsüber konnte sie kaum noch arbeiten. Zur Stärkung machte ihr der Arzt Vitamin-C-Einspritzungen, auch musste sie ein Mittel einnehmen, das sehr viel Brom enthielt. Dadurch trat ein Zustand ein, der solch starken Schlaf verursachte, dass die Patientin stehend hätte schlafen können. Sie schrieb darüber:

«Es war wie eine Betäubung. Nach dieser Behandlung fingen die Schmerzen von neuem an. Denken konnte ich kaum noch. Ich glaube, all die Mittel und Ängste schwächten mir das Gedächtnis. Auch bekam ich einen schrecklich beißenden Ausschlag auf Kopf und Rücken.»

In dieser Not hatte sich die Patientin bereits der Naturheilweise zugewandt und auch in der Ernährung eine Umstellung vorgenommen, wodurch sie eine gewisse Erleichterung verspürte, nur schrieb sie darüber:

«Meine Gesundheit ist immer noch nicht wie sie sein sollte. Ich bin oft so müde und bei der geringsten Anstrengung und Aufregung spüre ich sofort das Herz. Schlafen kann ich selten gut. Sobald ich mich niederlege, bekomme ich am ganzen Körper ein lästiges Hautbeissen und Jucken, so dass ich keine Ruhe finde. Ich bin daher oft sehr bedrückt und niedergeschlagen. Der Arzt beachtete das kaum, als ich es ihm sagte. Er antwortete mir nur, ich hätte sehr zarte Nerven und sei nicht stark, so dass ich noch bedrückter nach Hause ging. — Nun hege ich noch die grosse Hoffnung, dass Sie mir helfen können, da Sie auch meiner Schwester in kurzer Zeit durch Ihre ausgezeichneten Mittel geholfen haben. Sie spürt sehr selten noch etwas auf der Leber und Galle. Auch das Drüsensmittel Ovasan D 3 tat seine Dienste, die Haare sind wieder sehr schön. Dafür möchten wir Ihnen herzlich danken. — Die «Gesundheits-Nachrichten» lesen wir immer mit grossem Interesse und freuen uns

jedesmal an ihrem Erscheinen. Auch den «Kleinen Doktor» finden wir einfach einzig in seiner Art. Hätten wir ihn nur schon 20 Jahre früher gekannt! — Mit neuem Mut warte ich auf Ihre Hilfe und danke Ihnen im voraus.»

Die Broschüre über «Zweckdienliche Schonräte» gab der Patientin nun als Erstes Richtlinien über die Ernährungsweise, die sie für sich anwenden sollte. Zur Pflege der Nieren bekam sie Nierentee. Mit verdünntem Molkenkonzentrat musste sie die Bauchspeicheldrüsentätigkeit anregen. Da auch Zucker im Urin war, hatte sie noch den Diabetes-Komplex einzunehmen und ferner noch Tee aus Klee, Bohnenschalen, Nussbaumblättern und Heidelbeerblättern zu trinken. Zur Unterstützung der Leber wurde noch Chelicycna eingenommen.

Auch Wanderungen mit Tiefatmung und warme Duschen auf den Bauch waren notwendig. Zur Beruhigung der Nerven diente Avena sativa und zur Allgemeinstärkung Urticalcin.

Am 9. September 1953 konnte nun die Patientin berichten:

«Schon lange wollte ich Ihnen mitteilen, dass sich mein Befinden viel gebessert hat. Ihre Naturheilmittel, verbunden mit Ihrer vorgeschriebenen Diät haben Wunder gewirkt. Dafür möchte ich Ihnen von Herzen danken. Mein Lebensmut hat sich viel gehoben, wenn ich denke, wie ich von all den Schmerzen angegriffen war. Ich verrichte meine Arbeit wieder mit Freuden und grosser Dankbarkeit. — Die Urticalcin-Tabletten und das Avena sativa sind wirklich wunderbare Kräftigungsmittel. Mein Appetit ist viel besser, und ich rege mich auch viel weniger auf als früher, wo ich wegen jeder Kleinigkeit wie gelähmt war. Ich hatte auch für mein Nichteli Urticalcin-Tabletten kommen lassen. Sie tun ihm ausgezeichnet. Auch das Lebermittel hat mir sehr viel geholfen. Ich habe nur noch sehr selten Hautbeissen.»

So können kleine Ursachen, wie Gesichtsschmerzen, oft grosse Auswirkungen haben. Es ist wahr, wer diese Schmerzen kennt, weiß, wie unerträglich sie sein können und wie sehr sie den ganzen Körper, vor allem aber Stimmung und Gemüt niederdrückend beeinflussen, wenn man zu ihrer Behebung die entsprechenden Mittel nicht kennt. Eine ganze Reihe anderer Uebel können durch eine unrichtige Behandlung heraufbeschworen werden. Ohne Schädigung wirkt beim Auftreten der Schmerzen Magnesium D 6 und unterstützend Urticalcin. Auch heisse Kräuterumschläge sind gut. Um das Auftreten der Schmerzen immer mehr und mehr zu verhindern, sollte man sich solch heisse Anwendungen zur Gewohnheit machen. Noch einfacher mögen tägliche Gesichtsduschen sein, die man beim täglichen Morgen duschen vornehmen kann. Ein Ansteigen der Wärme bis zu heiss ist sehr angenehm und günstig. Nachher wird das Gesicht gut frottiert und mit Wallwurztinktur eingerieben, worauf noch Crème Bioforce einmassiert wird. Abwechselnd kann auch einmal Einreiböl verwendet werden. Immer, bevor man in die Kälte hinausgehen muss, schützt man das Gesicht durch nochmaliges Einreiben von Crème Bioforce. Dies verhindert das Auftreten der Schmerzen und heilt zugleich. Je empfindlicher man ist, umdesto mehr muss man dafür sorgen, dass man nie frieren muss, vor allem muss man sich davor hüten, durch und durch abgekühlt zu werden. Kälte schadet mehr als man sich denkt. Gleichwohl aber kann man sich nicht in Watte einpacken und nur noch im Haus am warmen Ofen bleiben. Gute Kleider dienen dem Körper vor Kälte und lästigen Winden und Crème Bioforce schützt das Gesicht.

### Günstige Beeinflussung von Nesselfieber

Frau J. aus H. wandte sich am 10. Juli 1953 wegen wiederholtem Nesselfieber an uns. Sie berichtete unter anderem:

«Nun habe ich seit 6 Jahren jeden Sommer hauptsächlich im Juli-August immer das Nesselfieber und viel werde ich geschwollen im Gesicht. Das erscheint ganz plötzlich, hält einige Stunden an und verschwindet, um später wieder aufzutreten, was sehr unangenehm ist. Spritzen helfen nicht viel. Nach einigen Tagen fängt das gleiche Lied wieder an. Für das Beissen nehme ich Synopen. Es hilft dann bald für dieses, aber die Geschwulst bleibt noch einige Stunden. Nur wirkt das Mittel einschlafend, und man bekommt einen dummen Kopf, was ich zur Büroarbeit nicht brauchen kann.»

Zusätzlich zu dem sich stets wiederholenden Nesselfieber hatte die Patientin auch jährlich an gleicher Stelle immer wieder einen Abzess zu erwarten.

Frau J. hatte nun in erster Linie für gute Darm- und Nierentätigkeit zu sorgen. Hierzu sollten Nierente und Nierentropfen und bei trüger Darmtätigkeit frischgemahlener Leinsamen oder Linosan und weisser Lehmkreide eingenommen werden. Auch war eine Kochsalzarme, wie auch eiweißarme, dafür aber Vitamin-C-reiche Diät zu beachten. Nährh Ratschlag über die geeignete Ernährung konnte die Patientin aus der kleinen Broschüre über «Zweckdienliche Schon-

diät» entnehmen. Zur inneren Unterstützung dienten Urticalcin und Galeopsis und gegen das Beissen Caladium seg. D 3. Die Haut war mit Bioforce-Crème einzureiben. Zudem waren Sitzbäder mit Kamille, Ringelblumen, Frauenmänteli, Citronenmelisse oder Eichenrinde durchzuführen.

Am 3. September schrieb die Patientin über ihr Ergehen:

«Die Mittel haben mir sehr gut getan. Das Nesselfieber hat nach einer Woche ganz aufgehört. Der Abzess wurde wieder entzündet, wie ich Ihnen schrieb, mit Unterbrechung von vier Monaten. Habe dann Ihre gute Crème Bioforce eingerieben, auch Sitzbäder gemacht und siehe da, ca. drei Stunden nach der Anwendung der Salbe ging der Abzess zurück und verschwand samt den Schmerzen. Ich war sehr glücklich. Auch die Geschwulst im Gesicht habe ich bis heute nicht mehr bekommen.» Die erfolgreiche Wirkung der Mittel und der Behandlung zeigt, wie erspiesslich es ist, sich der naturgemäßen Heilweise, bei der keine Schädigungen durch Nebenwirkungen entstehen können, zuzuwenden.

### Stärkung sensibler Nerven

Frau S. aus G. berichtete am 7. Oktober 1953 über den Zustand ihres Kindes:

«Möchte mitteilen, dass es unserer Siebenjährigen in Sachen Katarrh sehr gut geht. Leider plagt sie nun ein anderes Uebel. Sie schreit abends ziemlich regelmässig eine Stunde nach dem Einschlafen. Sie sitzt im Bett auf und phantasiert irgend etwas, das niemand versteht. Sie selbst weiss am Morgen nichts mehr davon. Dies etwa 3, 4—5mal pro Woche. Man dachte, die Schule strenge sie an. Es ist jetzt aber in den Ferien auch nicht viel besser geworden. Sie war schon immer ein sensibles Kind und nicht so leicht zu haben wie ihr zwei Jahre jüngerer Bruder. Was könnte ich dagegen tun? Ich habe schon mit ihr darüber geredet, aber sie weiss von nichts, das sie plagen würde. Dürfte ich Sie um Ihren geschätzten Rat bitten?»

Vor dem Schlafengehen erhielt das Kind nun mit Honig gesüsstem Citronenmelissentee und Avena sativa. Ferner wurden süsse Früchte, echter Traubenzucker, Urticalcin und Galeopsis verordnet.

Das Nachtessen durfte nur aus leichter Nahrung, einem Bircher-müesli oder etwas ähnlichem bestehen und musste 3 Stunden vor dem Schlafengehen eingenommen werden. Auch sollte das Kind zuvor nochmals an die frische Luft hinauskommen. Gute Darmtätigkeit war dringende Notwendigkeit, und der Stuhl musste noch auf Wurmeier untersucht werden.

Am 12. November schrieb die Mutter kurz folgenden Bericht:

«Unserem siebenjährigen Mädchen geht es nun gut. Sie schreit nicht mehr auf des nachts. Die Mittel haben ihr sicher sehr gut getan.»

Es ist gut, sensible Nerven der Kinder durch entsprechende Behandlung und Mittel oder auch durch einen Höhenaufenthalt zu stärken. Die Schule verlangt heute von den Kleinen bereits schon angespannte Konzentration, und es ist gut, wenn wir ihnen wachsam behilflich sind.

### AUS DEM LESERKREIS

#### Heilung von Prostataleiden

Am 19. Juni 1953 wandte sich Herr F. aus J. wegen seinem Prostataleiden an uns. Er erhielt die entsprechenden Mittel und Ratsschläge, die er erfolgreich durchführte, so dass er am 26. Dezember folgenden erfreulichen Bericht einsenden konnte:

«Vor bald einem Jahr sandten Sie mir Mittel gegen mein Prostataleiden, die ausgezeichnet wirkten. Ich hatte seither keine Beschwerden mehr und betrachte mich als geheilt, während mir die Aerzte nur mit Operation Heilung versprachen, was mit 81 Jahren sowieso riskiert ist.»

Dieser Erfolg ist bei dem hohen Alter sehr erfreulich. Bestimmt halben im wesentlichen die spezifischen Prostatamittel Sabal D 1, Populus D 2 und Staphisagria D 3. Zur Unterstützung der Gefässe und des Herzens wurden noch Arteriokomplex und Viscatropfen eingenommen und zur allgemeinen Kräftigung und Stärkung Usnea und Avena sativa. Als physikalische Unterstützung waren die Kräuterwärmeküpfen mit Wacholderchries und wildem Thymian unerlässlich. Auch Sitzbäder wurden als zweckdienlich vorgeschlagen. Ferner wurde eine salzarme Diät mit Vitam-R Hefe-Extrakt verschrieben.

Es sind dies alles äusserst einfache Hilfeleistungen und doch führten sie zum Ziel, indem sie über Erwarten gut zusammenwirkten.

Eine ähnliche Erfahrung hatte auch Herr M. aus D. zu berichten, nachdem auch er die gleiche, spezifische Behandlung durchgeführt hatte. Diese begann er gegen Ende Juli des letzten Jahres, nachdem sich seine Frau mit folgender Erklärung an uns gewandt hatte:

«Mein Mann ist prostatakrank, so stellte der Arzt fest. Er macht ihm eine Einspritzung. Ich bin nicht Liebhaber davon. Er spricht ferner vom Operieren. Nun habe ich im «Kleinen Doktor» darüber gelesen und bitte Sie, die Tropfen und alles, was dazu gehört, zu senden.»

Sie erhielt für ihren Mann die spezifischen Mittel und die entsprechende Behandlungsanweisung und berichtete daraufhin am 23. September über seinen Zustand wie folgt:

«Wir haben nach Vorschrift gehandelt. Nun ist es wieder so gut, wie wenn nichts mehr wäre, und Tropfen will er mir keine mehr nehmen. Darf er das?»

Da das Prostataleiden eine Krankheit ist, die sich mit zunehmendem Alter immer wieder bemerkbar machen kann, ist es vorteilhaft, auch nach beendetem Kur dann und wann in unterstützendem Sinn die Mittel wieder einzunehmen. Auch die Kräutersitzbäder sollten von Zeit zu Zeit wiederholt werden.

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

### 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 wohlgeschmeckendes Brot aus dem ganzen Roggen- und Weizenkorn mit Zusatz der mineralstofffreien Reiskleie.

Verlangen Sie in Ihrem Diätgeschäft A. Vogels Flockenbrot, um es nachher nie mehr zu missen!

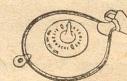
Sympathische Tochter von natürlicher und fröher Weisensart und gutem Charakter sucht

### Bekanntschaffl

mit Anhänger der naturgemäßen Lebensweise von 45 bis 55 Jahren zur Gründung eines gemeinsamen Heims. Offerten sind zu richten unter Chiffre «GN 2» an die Administration dieses Blattes in Villmergen.

### DARMTRÄGHEIT „Platenius“-Sitzdusche

Geht zugleich als



Wärmeflasche

Bildprospekte durch: Rolf Koch, Ebikon 41 LZ

### Reform-Birnbrot

Eine hervorragende Spezialität aus der bekannt gut geführten KONDITOREI OTT, DEGERSHEIM.

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

Verlangen Sie im Reformhaus

A. Vogels

### Stefferminztee

die echte Engadinermelze!