

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 11 (1954)
Heft: 5

Artikel: Angina und ihre allfälligen Folgen
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-552123>

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: 16.01.2026

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

All die gegebenen Richtlinien möchten den Frauen zur Anregung dienen, so dass sie auch in bezug auf die Ernährung das Angenehme mit dem Nützlichen zu verbinden vermögen.

Natürliches Eingreifen bei Fussverstauchung

Während meinen Vorträgen verschaffte ich mir an einem Sonntag die Möglichkeit einer zweckdienlichen Entspannung, indem ich eine Tour ins Jungfraugebiet vornahm. Ich bin dann das Hünigletschergebiet vom Eigerletscher und vom Grindelwaldletscher hinuntergefahren. Durch den Gletscherabbruch war es etwas schwierig, denn es hatte 30 cm Neuschnee, der, weil er ein wenig faul war, nicht angenehm zu befahren war. Da ich die Skisocken vergessen hatte, fehlte mir der richtige Halt in den Skischuhen, so dass ich an einer Eiskante abrutschte und den Fuss verstauchte, weil mir der Ski den Fuss ungeschickterweise umdrehte. Als ich daraufstehen wollte, schmerzte er mich furchtbar, und ich merkte, dass mir die Kraft dazu fehlte. Ich musste buchstäblich auf die Zähne beißen und so gut es ging, das Gewicht immer wieder auf das gesunde Bein verlagern, während ich das schmerzende zum Mitsteuern etwas beizog, so gut sich dies eben bei dem starken Schmerz bewerkstelligen liess. Mit viel Mühe konnte ich so die Abfahrt zu Ende führen. Als ich dann ohne Ski laufen wollte, machte sich der Schmerz noch mehr bemerkbar, und ich konnte fast nicht mehr auf dem Fuss stehen. So zog ich denn vor, von der Talsohle bis zum Bahnhof, wo das Auto auf mich wartete, auf dem spärlichen Neuschnee und über die Steine den Weg auf den Skis zurückzulegen. Es ging, wenn auch mühsam und schmerzhaft.

Nun weiss ich aus Erfahrung, dass solche Fussverstauchungen in der Regel 3—6 Wochen lang dauern können. Das Laufen verursacht Schmerzen, die man öfters noch längere Zeit verspürt. Da ich aber eine altbewährte Behandlungsmethode kannte, räumte ich mir den Abend dafür ein, um mit Hilfe meiner Freunde meinen Fuss in eine heilsame Packung zu bringen. Das Weisse von zwei oder drei Eiern musste geschlagen werden. Leider hatte ich keinen Kämpfer bei mir, der sonst ausgezeichnet hilft. (Nähere Auskunft hierüber erteilt «Der kleine Doktor»). An seiner Stelle pulverisierten wir Eucalyptusblätter im Turmix und mengten das Pulver unter den Eiweiss-Schnee. Dieses Kräuterpflaster wurde auf den Fuss gelegt und mit einer elastischen Binde schön eingebunden, nicht zu satt, damit die Zirkulation nicht gehemmt wurde. Dieser Verband wurde dann hart. Als ich am andern Morgen auf den Fuss stand, schmerzte er wohl noch, die Geschwulst aber war zurückgegangen, und ich konnte mit erträglichen Schmerzen wenigstens wieder laufen. Nach drei Tagen merkte mir niemand mehr an, dass ich den Fuss verstaucht hatte und nach weiteren acht Tagen verspürte ich überhaupt nur noch bei ungeschickten Bewegungen einen leichten Schmerz. So war die ganze Angelegenheit verhältnismässig rasch und leicht wieder in Ordnung gekommen. Wenn man sofort zur richtigen Anwendung greift, dann kann man selbst solche zeitraubenden Störungen und Unannehmlichkeiten schnell und einfach wieder beheben. Wer daher den «kleinen Doktor» besitzt, sollte ihn nicht unbenutzt herumliegen lassen, sondern ihn lesen und sich so gut einprägen, dass er sich im Notfall an die folgerichtige Behandlung erinnern kann. Dadurch wird er sich oder auch seinen Freunden sofort helfen und so viel Unannehmlichkeit und Leid ersparen können. Die Natur selbst ist geschickt im Ausbessern von Schäden und Mängeln. Wenn wir ihr die Voraussetzung dazu schaffen, dann ist sie die beste Heilerin. Sie braucht verhältnismässig nur kleine Hilfeleistungen, um grosse Heilkräfte voll entwickeln zu können. Unterstützen wir sie also in Zukunft geschickt mit den notwendigen Mitteln, und sie wird es uns reichlich danken.

Angina und ihre allfälligen Folgen

Wenn alle schwierig verlaufenen Anginafälle aufgezeichnet werden könnten, ergäbe sich wohl ein vielseitiger Bericht, denn die Angina ist keineswegs eine harmlose Angelegenheit, kann sie doch recht schlimme Auswirkungen zeitigen, vor allem, wenn diese dann noch verdrängt, statt richtig behandelt und ausgeheilt werden.

Eine solche Erfahrung berichtete dieser Tage ein ziemlich kräftig gebauter Mann, der sich in der Praxis gemeldet hatte. Vor 4 Jahren wurde bei ihm eine Angina, die er nach Abschluss eines militärischen Wiederholungskurses bekommen hatte, mit Penicillin behandelt. Wie erwartet, war die Wirkung erst wunschgemäss, um dann aber in einen Rückfall überzugehen. Dies ist ja schon des öfters beobachtet worden, denn es ist, als ob Penicillin jeweils im Körper einen gewissen Waffenstillstand hervorrufen würde, selten aber eine wirkliche Heilung. Der Rückfall brachte eine Gelenk-Rheuma mit sich, so dass der Patient kaum mehr gehen konnte. Er erhielt vom Arzt nochmals eine Dosis Penicillin und zudem eine ziemliche Dosis Salicyl. Die Schmerzen liessen dadurch etwas nach, statt dessen aber beobachtete der Patient, dass er plötzlich so schlecht hören konnte. Ein Spezial-Arzt, der zugezogen wurde, stellte fest, dass das Gehör sehr stark reduziert war, dass der Patient also einen Teil des Gehörs verloren hatte. Er vermutete, dass dies durch zu hohe Salicyl-Gaben hatte in Erscheinung treten können. Nunmehr wurden die Mandeln herausgenommen, was den Gesamtzustand wesentlich veränderte. Der Patient bekam eigenartige Stauungen in den Händen mit einer teilweisen Gefühlslosigkeit. Auch die Schmerzen in den Gliedern kamen von Zeit zu Zeit wieder. Vom Arzt, den er wieder aufsuchte, bekam er die ähnlichen Mittel wie zuvor. Der Patient erkundigte sich nun, ob eine Bade-Kur nicht gut wäre, erhielt aber vom Arzt die abschlägige Antwort, diese Methode sei veraltet. Später bekam der Patient eine Lungenentzündung und nach deren Abklingen wurden die Gelenkschmerzen wieder stärker. Nun machte der Arzt selbst den Vorschlag mit einer Bade-Kur einen Versuch zu wagen. Der Patient erinnerte ihn jedoch daran, dass er vor Jahren diese Methode als veraltet bezeichnet habe. «Wenn nichts mehr hilft,» meinte nun der Arzt, «dann muss man schliesslich doch zu einer Bade-Kur greifen. Diese erzielte nur einen bescheidenen Erfolg. Als nachträglich das linke Bein wieder dick geschwollen und blaviolett wurde, wurde wieder Penicillin eingespritzt nebst Elcosin und Calsit, worauf die Geschwulst wieder etwas zurückging, dafür aber schälte sich die ganze Kopfhaut. Dies nun bezeichnete der Arzt als Folge der Mittel, da der Patient eben empfindlich sei. Nach all dem stellte sich auch noch ein Herzasthma ein und in diesem Zustand kam der Patient in unsere Behandlung. Zwei Zeileiss-Anwendungen blieben ohne Erfolg und die genaue Urin-Analyse zeigte verschiedene Schädigungen, so auf der Leber, da sich ziemlich viel Urobilin und Urobilinogen im Urin vorfand. Auch die Harnorgane sind stark in Mitleidenschaft gezogen, ferner sind weisse und rote Blutkörperchen im Urin gefunden worden. Der Grundsatz ist zu hoch, und es ist nicht verwunderlich, dass sich zu all dem noch ein neurasthenischer Zustand hinzugesellen konnte. Es wird die verständnisvolle Mitarbeit des Patienten erfordern, wenn wir in gewissermassen kurzer Zeit mit natürlichen Mitteln Erfolg erzielen wollen.

Dieser Bericht nun ist bestimmt ein deutlicher Beweis, dass eine Angina keine einfache Erkrankung, sondern ernst zu nehmen ist. Noch immer wird sie vielerorts als harmlos übersehen, wohingegen es dringend nötig ist, sie bei Beginn sofort richtig zu behandeln. Es gehört hiezu in erster Linie ein gründliches Desinfizieren, was mit einem Milchsäurepräparat erfolgen kann. Man pinselt den Hals mit Molkenkonzentrat gut aus und bestäubt ihn nachträglich mit Urticalein-Pulver. Innerlich nimmt man zum Entgiften Echinasin und Lachesis D12 ein. Mit diesen Mitteln kommt man meist durch. Ist von den

Giften indes schon etwas ins Blut übergegangen, dann muss man sofort eine Schwitzkur durchführen und die Nieren anregen. Man muss an all dies denken, um den Komplikationen, die der erwähnte Patient durchmachen musste, entgehen zu können. Chemotherapeutische Mittel wie beispielsweise Salicyl, können, wie soeben festgestellt, die Lage noch weit ungemütlicher gestalten, so dass, wie geschildert, eine Folgeerscheinung die andere ablösen kann, bis eine ganze Kette von Auswirkungen da ist, deren Glieder alle mehr oder weniger auf die gleiche Ursache zurückzuführen sind. Ist erst einmal der unbeschränkte Glaube an die modernen Mittel, der in einen wahren Fimmel ausartet, vorbei, dann werden auch wieder die altbewährten Methoden wie Schwitzen, Bädungen und andere physikalische und ausscheidende Anwendungen zu Ehren kommen. Es sind altbewährte Grundsätze, dass bei Infektionskrankheiten die Giftstoffe zur Ausscheidung gelangen müssen und nicht nur die Symptome unterdrückt werden sollten. An diesen Grundsätzen muss man festhalten, wenn man eine richtige Heilung ohne Neben- und Nachwirkungen erzielen will.

Spiel und Beschäftigung

Ein Wort an unsere Mütter

«Schweizerkinder können nicht mehr spielen!» Dieses Urteil hört man oft, und es hat damit seine bestimmte Richtigkeit, Schweizerkinder können vor einem Kasten voller Spielzeug stehen und gelangweilt sagen: «Ich weiss nicht, was ich tun soll!» Eine Seltenheit ist es geworden, wenn sich Mädchen in emsigem Puppenspiel verlieren und vergessen können. Irgendwelche Singspiele, die die Kinder früher mit Vorliebe spielten, sind unbekannt und unbeliebt geworden. Irgend etwas scheint in unsere Schweizerkinder gefahren zu sein, was sie aus dem Geleise geworfen hat.

Ist es der gesteigerte Reiz, hervorgerufen durch die mühevolle Erfüllung vielseitiger Wünsche? Ist es die durchgreifende Pflege des Sports, die Höchstleistungen fordert und gemüthlicher Beschaulichkeit den Platz streitig macht, oder sind es ganz einfach die veränderten Zeiten mit ihrer Hast und gesteigerten Sensationsbegierde?

Wenn man in einsamen Dörfern, in die der Verkehr mit seiner Unruhe noch nicht eingedrungen ist, die Kinder beim Spielen beobachtet, dann kommen all die trauten Kindheitserinnerungen zurück, denn was diese da in hellem Eifer betreiben, hat man einst mit der gleichen Emsigkeit gespielt und sich daran zufrieden ergötzt.

Noch heute ist es so, dass Kinder, die sich in der Freizeit emsig zu beschäftigen wissen, zufriedene Kinder sind. Was also tun, um sie zum Spiel zurückzuführen, hinweg von all den zerstreuen Einflüssen der Zeit? Es gibt ein Brücklein, das bei den meisten einschlägt, selbst bei den Kleinsten, und dieses Brücklein heisst, Beschäftigung durch handwerkliches Schaffen. Wenn kleine Hände irgend etwas Kleines zustande bringen, das als überraschendes Geschenk Freude bereiten kann, dann ist das Brücklein geschlagen, das Interesse geweckt und der Eifer und die Uebung helfen mit, Neues zu schaffen. Solch befriedigende Beschäftigung hilft besser erziehen als viele Worte. Wer seine Zeit mit nützlicher Betätigung ausfüllt, dem sind die Tage zu kurz, und er findet es schade, sie nutzlos verstreichen zu lassen. Kein Wunder, wenn Kinder, die sich so abzulenken wissen, kein Interesse haben an blossen Herumstehen, Schwatzen oder gar Streiten. Oft sind Eltern erstaunt, wenn ihre Kinder, die während den Ferien Gelegenheit hatten, spielen zu lernen und sich mit Handarbeiten aller Art zu betätigen, viel angenehmer geworden sind. Kein Wunder indes, sagt doch schon das alte Sprichwort: «Müssigkeit ist aller Laster Anfang».

Also, ihr Schweizermütter, überlasst eure Kinder nicht nur der Schule und dem Sport! Sorgt dafür, dass sie sich zu Hause mit Nützlichem, das sie zu fesseln weiss, die Zeit vertreiben. Auch Spiele können zeitweilig sehr nützlich sein, da sie hinüberlenken zur Arbeit. Mädchen, die gute Puppenmütter sind, lernen an ihren Puppenkindern schneiden und stricken, ja sogar Kinderpflege und anderes mehr. Von den Buben wollen wir schon gar nicht sprechen, denn wie mancher verrät seinen Sinn für Mechanik beim blossen Spiel! Kürzlich besuchten uns Auslandschweizer, die in Peru zu Hause sind mit zwei spielfreudigen Mädchen von 4—6 Jahren. Die Mutter ist allerdings Italienerin. Welch eine angenehme Ueberraschung erleben wir da! Unsere Puppenkinder wurden seit langem oder besser gesagt, das erste Mal nicht stiefmütterlich behandelt. Mit strahlenden Augen, die ein unerwartetes Glückseligsein verrieten und grösster Wertschätzung folgten die Beiden der Aufforderung zum

Spiel. Obwohl es sehr scheue, zurückhaltende Kinder waren, die zudem kein Wörtchen deutsch verstanden, geschweige denn schweizerdeutsch, unterhielten wir uns vortrefflich, denn wir verstanden uns ausgezeichnet. Kinder, die gerne spielen, die dieses liebe Kinderglück nicht verständnislos von sich weisen, sondern mit grösster Dankbarkeit danach greifen, wenn es ihnen unerwartet zufällt, sind heute eine Seltenheit, die man gerne geniesst. Es spricht daraus viel Unverdorbenheit, jener Zustand von Kindlichkeit, die selbst uns Grossen eigen sein darf, da auch wir dadurch der Oberflächlichkeit des Alltags zu entrinnen vermögen und die Sorgen leichter vergessen. Sicherlich aber würde auch unsere Schweizerkinder eine solch natürliche Einstellung wieder glücklicher machen. Mit ein wenig Verständnis könnt ihr ihnen behilflich sein, ihr Schweizermütter. Kinderaugen, die dankbares Glück und frohe Zufriedenheit widerspiegeln, sind für unsere Zeit wie ein Sonnenstrahl an einem düstern Nebeltag. Wollt ihr ihn nicht hervorzaubern?

FRAGEN UND ANTWORTEN

Erfreuliche Hilfe bei beginnender Arthritis

Wie auf einfache Weise sogar Arthritis günstig beeinflusst werden kann, schrieb Frau D. aus Z., die vor 20 Jahren aus den Tropen zurückgekehrt war und nunmehr 58 Jahre zählt. Ende Dezember letzten Jahres berichtete sie über ihren Zustand wie folgt:

«Seit einiger Zeit erhalte ich Ihre Zeitschrift zugesandt, die mich ausserordentlich interessiert. Mit grossem Interesse las ich den «kleinen Doktor», und ich erlaube mir heute an Sie zu schreiben mit der Bitte mir das Mittel gegen Arthritis «Imperarthritica» zukommen zu lassen.

Ich esse wenig Fleisch und Eier so zu sagen keine aus innerer Abneigung. In den letzten Jahren bekam ich verdickte Fingergelenke. Ich schenkte dem wenig Aufmerksamkeit. Jetzt gesellt sich ein lästiges Jucken an den Gelenken dazu und mein dritter Finger der rechten Hand ist etwas ungelenk geworden. Da ich viel am Klavier arbeite, möchte ich alles tun, um dieser beginnenden Arthritis zu steuern. Schmerzen habe ich kaum und die Verdickung befindet sich einzig an den Händen.

Mein Darm arbeitet sehr träge, trotzdem ich Früchte sehr liebe und Fruchtsäfte trinke. Jeden Vormittag trinke ich jetzt auch rohen Kartoffelsaft, und ich hoffe mit dem «Imperarthritica» gegen diese unangenehmen Erscheinungen steuern zu können.»

Nebst dem Imperarthritica erhielt die Patientin noch den Rat, den rohen Kartoffelsaft morgens und abends einzunehmen. Statt mit Kochsalz sollte sie die Speisen mit der Hefewürze Vitam-R würzen. Auf alle Fälle sollte die Ernährung rohkostreich sein. Zur Pflege von Darm und Nieren diene auch die Säftereinigungskur Rasayana, und um entgiftend auf das Blut einzuwirken noch Lachesis D 12. Zum Einreiben der veränderten Gelenkstellen wurde Wallwurz tinktur, also Symphosan, zugezogen.

Mitte Februar schrieb die Patientin:

«Ihre ausgezeichneten Mittel gegen Arthritis haben mir sehr geholfen. Auch die Rasayana-Kur habe ich zu Ende geführt. Die Gelenkschmerzen in den Fingern sind ganz verschwunden. Ich möchte sehr gerne das Imperarthritica weiternehmen. Soll ich weiterfahren mit Einnehmen des rohen Kartoffelsaftes? Er widersteht mir jetzt etwas.»

Es ist begreiflich, dass der rohe Kartoffelsaft mit der Zeit etwas anwidert. Dies ist jedoch nicht der Fall, wenn man ihn zusammen mit rohem Carottensaft trinkt. Man lässt erst die Carotten durch die Saftpresse und nachher die Kartoffeln. Wenn der Saft der Carotten überwiegt, merkt man überhaupt nichts von dem Kartoffelsaft, und man kann sich seine gute Wirkung auch in vorbeugendem Sinne noch lange zugute kommen lassen. Es ist überhaupt erfreulich, dass solch einfache Mittel wirksam sind.

WARENKUNDE

Oelhaltige Samen

Vögel und andere Tierarten können gut leben, wenn sie nebst etwas Grünem noch ölhaltige Samen haben. Es reicht dies in der Regel aus, um die Tiere gesund zu erhalten. Auch uns sollte dies im Grunde genommen zu denken geben.

Die ölhaltigen Samen sind fast alle als Heilmittel zu betrachten. Besonders die Kombination zwischen Fett, Eiweiss, Mineralstoffen und Vitamine bilden eine ganz ausgezeichnete Vollnahrung.

Auch die Eingeborenen essen immer wieder Samen. Ich habe dies besonders bei den Indianern in Nord-Amerika feststellen können.