Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 11 (1954)

Heft: 5

Rubrik: Warenkunde

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: 13.12.2025

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

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 Salycil, 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, Badekuren 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 mühelose Erfüllung vielseitiger Wünsche? Ist es die durchgreifende Pflege des Sports, die Höchstleistungen fordert und gemütlicher 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 zerstreuenden 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 blossem 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: «Müssigang 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 schneidern 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 Mädelchen von 4—6 Jahren. Die Mutter ist allerdings Italienerin. Welch eine angenehme Ueberraschung erlebten war da! Unsere Puppenkinder wurden seit langem oder besser gesagt, das erste Mal nicht stiefmütterlich behandelt. Mit strahlenden Augen, die ein unerwartetes Glücklichsein 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 «Imperarthrtica» 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 diente auch die Säftereinigungskur Rasayana, und um entgiftend auf das Blut einzuwirken noch Lachesis D 12. Zum Einreiben der veränderten Gelenkstellen wurde Wallwurztinktur, 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.

Als Grundlage dient diesen Mais, etwas Fleisch von der Jagd, oder Fische, wenn sie an einem Flusse leben. Oelhaltige Samen aber lassen sie nie ausser acht. Auch die Inder essen viel Samen, sei es nun Leinsamen oder Psyllium. Auf diese Weise bekommen sie den Gehalt der ungesättigten Fettsäuren, was für den gesunden Zellenaufbau sehr notwendig ist.

Man sollte also den ölhaltigen Samen immer mehr Beachtung schenken. Die Haltbarmachung der Oelsaat wie bei Leinsamen ist zwar ein Problem, das uns im Alltag nicht immer zusagt. Entweder wir müssen den Leinsamen täglich frisch mahlen, oder wir laufen Gefahr, dass uns der im Vorrat gemahlene Samen ranzig wird. Die beste Lösung bildet wohl Linosan, dessen Oelsaat haltbar gemacht ist durch eine Kombination mit eingedicktem Trauben- und Berberitzensaft.

Auch Breitwegerichsamen lässt sich im Alltag verwerten. Er ist ein gutes Mittel gegen Magenverschleimung besonders bei alten Leuten. In der Regel bereitet man einen Tee daraus, den man gut kocht. Man kann den Samen aber auch frisch mahlen und irgend einer Art Müesli beigeben, da er ausgezeichnet auf die Schleimhäute wirkt.

WICHTIGE MITTEILUNG

Wieder Ferien in Brail!

Fast zwei Jahre vergingen ohne Ferien in Brail! Aber jetzt werden wiederum die Fenster geöffnet! Die Sonne soll eindringen, denn bald ist der Ferienmonat da und all das lange Sehnen wird erfüllt, das Bündelein wird gepackt und wiederum fährt der Zug oder das Auto zum kleinen Dörflein Brail hinauf, wo schon so manches Kind das Glücklichsein in der freien Bergwelt kennen lernte, wo schon so manches Bleichschnäbelein braune Haut und rote Wänglein erhielt, besonders, wenn der Aufenthalt 5 Wochen oder länger dauern durfte. Es ist nicht Einbildung, was wir da berichten, denn eine Mutter schreibt in diesem Sinne folgendes Brieflein an uns:

«Ich möchte Ihnen nochmals für alles danken, was Sie letzten Winter an Vreneli getan haben. Es ist kaum zu glauben, den ganzen Winter waren unsere 5 Kinder gesund, bis diesen Frühling hatten alle, ausser Vreneli, den Husten, und vorher war meistens nur Vreneli krank. Wenn ich's vermöchte, würde ich Ihnen abwechslungsweise alle Kinder schicken, aber leider ist das halt eine Geldfrage. Wenn Vreneli von Brail erzählt, dann leuchten seine Augen, und ich kann mich nicht genug freuen, wie gesund und widerstandsfähig es geworden ist durch den Aufenthalt bei Ihnen. Gerne möchte ich Ihnen auf den Sommer wieder ein Kind anmelden, aber 5 Kinder kosten eben viel Geld, und geschenkt will mein Mann auch nichts, sodass ich vorläufig darauf verzichten muss. Ich wünsche Ihnen recht viel Glück mit Ihren Kindern in der Engadiner Sonne!»

Auch Vaterherzen können regen Anteil nehmen am Wohlergehen ihrer Kleinen, was ein väterlicher Bericht erzählt:

«Seppli lässt Sie freundlich grüssen! Er erzählt sehr viel von seinen Erlebnissen in Brail. Oft muss man dabei herzlich lachen. Wir freuen uns, dass Seppli so viel Gutes bei Ihnen gelernt hat und auch gesundheitlich mächtig profitierte. Haben Sie nochmals herzlichen Dank für alles!»

Also, ihr besorgten Eltern, besinnt euch nicht zu lange, denn bereits schon ist die Hälfte Platz im Kinderheim Vogel für diese Sommerferien, also für 5 Wochen besetzt. Beeilt euch also, wenn ihr euern Kindern eine besondere Stärkung und Freude ermöglichen wollt! Während den Sommerferien finden schulpflichtige Kinder bis zu 11 Jahren Aufnahme. Die Zeit nach den Sommerferien ist für die Kindergartenkinder bestimmt, wenn sich genügend melden. Schulkinder müssen Gelegenheit haben, ihre Ferienzeit zu benützen und das Kleinkind muss Gelegenheit haben, im besondern betraut zu werden. Eltern, die ihre Kleinen sorgfältiger Obhut anvertrauen wollen, tun daher gut, ihre Ferien auf Mitte August zu verlegen, denn dann sind wir dafür eingerichtet und darauf eingestellt. Wir hoffen also, dieser Appell ermutige viele, die noch zögern. Bringt eure Kleinen, die Brailersonne wird euch nicht enttäuschen!

Alle, die der Stadt entfliehen möchten und alle Schulmüden ladet freundlich ein das *Kinderheim Vogel in Brail* (Graubünden)

Auch eine tüchtige, frohgemute, kinderfreundliche Köchin möchten wir einladen, ihre Sommersaison bei uns im stillen Brail zu verbringen, ist es doch eine dankbare Arbeit und ein freudiges Wirkungsfeld für Kinder zu sorgen und so an ihrem Gesunden und Erstarken mitbeteiligt zu sein. Da fällt dem strengen Dienst in Küche und Haushalt sein gebührender Wert zu, besonders auch, weil nur naturreine und gesunde Nahrung zubereitet werden muss.

Auch ein gesundes, freundliches Mädchen kann sich ein nettes Saisonplätzchen für den Haushalt bei uns sichern.

Sämtliche Anmeldungen wie auch die Offerten sind zu richten an:
Fräulein Ruth Vogel, Teufen (Appenzell)

Wer macht mit?

Für unser neues Leinsamen-Produkt Linosan, das aus Leinsamen besteht und mit Berberitzenmark und Honig verarbeitet wird, möchten wir eine schöne Etikette entwerfen.

Da wir unter unsern Lesern viel zeichnerisch begabte Leute haben, möchten wir diese auffordern, beim Entwurf einer neuen Etikette für dieses Produkt mitzuarbeiten. Die Begriffe von Leinsamen, Honig und den schönen roten Beeren der Berberitze müssen darin enthalten sein.

Es geht darum, die beste Idee herauszuholen, um für dieses wertvolle Produkt, das Linosan darstellt, eine schöne Packung zu schaffen. Zeichnerisch begabten Lesern möchten wir also Gelegenheit geben, hiebei mitzuwirken. Die Skizze braucht nicht ausgearbeitet zu sein. Die beste Arbeit werden wir recht honorieren. Doch auch die andern Einsender, deren Skizze gut, aber für uns nicht verwendbar ist, werden in Natura eine kleine Entschädigung erhalten.

Wir erwarten also aus dem Leserkreis eine rege Mitarbeit.

Dr. A. Vogel, Teufen (App.)

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

Achtung! HOSPES

Vom 14. Mai bis 21. Juni 1954 wird diese interessante, schweizerische Kochkunstausstellung stattfinden.

Sehr erfreuend ist die Tatsache, dass dabei auch die naturgemässe Ernährung, ja selbst die rein pflanzliche Ernährungsweise zur Geltung kommt.

Auch ein vegetarisches Restaurant wird geführt. Frau Nussbaum, die bereits schon viele Jahre das vegetarische Restaurant in der Stadt an der Neuengasse führt, übernimmt dessen Leitung. Wir sind daher überzeugt, dass unsere schweizerischen und ausländischen Besucher an der HOSPES bestimmt eine gute, vegetarische Nahrung erhalten werden.

Unsere natürlich hergestellten Obstsäfte, vor allem die Trauben- und Apfelsäfte, werden wir sicherlich zeigen dürfen, da sie in der Qualität bestimmt hervorragend sind.

Die HOSPES ist für den Besucher wie ein vorzüglicher Anschauungs-Unterricht mit wissenschaftlicher Grundlage und dennoch leicht verständlich. Sie wird dem tieferen Interesse eines für neuzeitliche Lebensweise eingestellten Publikums daher manches bieten können.

Auch ein Muster-Reformhaus wird zugegen sein und über all das, was die Schweiz als Ferienland zu bieten vermag, werden wir in der HOSPES viel Interessantes sehen, aufnehmen und lernen können.

Unser Reiseprogramm für die nächsten Wochen soll daher den Vermerk aufweisen: «Zwischen 14. Mai und 21. Juni HOSPES besuchen!» Bestimmt wird keiner seinen Besuch bereuen.

ENGADIN

Wir bieten Ihnen schöne Ferien bei guter, reichlicher Kost in heimeligem Engadinerhaus. Eigene Landwirtschaft. Schöne, sonnige Arvenstube, mit Veranda, einfache, nette Zimmer. Platz mit Liegestühlen, Gelegenheit für schöne Touren und Spaziergänge im Nationalpark. Geniessen Sie den Bergfrühling im Mai und Juni. Pensionspreis Fr. 10.80 (Service und Taxen inbegriffen), Familienpauschalpreise. Referenzen stehen zur Verfügung. Familie E. Biveroni-Ulrich, Pension Biveroni, Tel. (082) 6 72 49, Brail.

Chiropraktik

GIBT DEM LEBEN JAHRE
UND DEN JAHREN LEBEN

Dr. EMIL SIEGRIST - ZÜRICH

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