

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 11 (1954)  
**Heft:** 7

**Rubrik:** Aus dem Leserkreis

### **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:** 23.02.2026

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



so dass alles von der Jagd der Zeit in Mitleidenschaft gezogen wird. Selten nur ist ein Dorf so abgelegen, dass der Verkehr nicht durch seine Hauptstrasse hindurch hastet. Die Gemütlichkeit hat sich versteckt, aber viele scheinen ihr die vielen Störungen als eine angenehme Zerstreuung des Alltags vorzuziehen. Willig tauschen sie ihr geruh-sames Landleben mit der Unruhe der Stadt. Sie gleichen dabei jenen Schweizern, die in der Fremde mit grossen Wüstengegenden vorlieb nehmen müssen, weil sie die heimatischen Gefilde der Schönheit verlassen haben.

Der Strom der Zeit erfasst alle und alles, und es macht den Anschein, dass ihm niemand Halt gebieten kann, dass uns seine ganze Rastlosigkeit verschlingen möchte. Wohl stehen die Bergriesen gelassen da, aber auf ihrem Rücken krappelt und zappelt es von aufgeregtem Daseinsdrang. Bis hinauf zu ihren Gipfeln führen Bahnen. Auch das Höchste und Fernste muss erstürmt und erobert werden. Stolz, erhaben und ruhig bleibt zwar der Berg immer noch, denn er kann all das lärmende Treiben nicht von sich schütteln. Aber jener Macht, die alle Schönheit schuf, wird es ein Kleines sein, alle Unruhe, allen Lärm und jagende Gier zum Höhepunkt kommen zu lassen, um dann zu sagen: «Bis hieher und nicht weiter!»

## FRAGEN UND ANTWORTEN

### Flüssigkeit für Dauerwellen

Man kann sich tatsächlich wundern, wieviel Neuerungen im Beruf einer Coiffeuse in den letzten Jahren Platz gegriffen haben. Moderne Einrichtungen stehen zur Verfügung und chemische Erzeugnisse suchen die bestmögliche Wirkung zu erzielen, um glattes Haar möglichst dauerhaft zu kräuseln und graues jugendlich zu färben. Dies alles ist begreiflich für unsere kurzlebige Welt, die doch wenigstens so schön als möglich sein möchte, wird sie durch die aufreibende Hast der Zeit doch ohnedies mehr als erwünscht betrogen.

Es ist nun aber auch nicht verwunderlich, wenn sich jene, die durch natürliche Lebensweise ihrer Gesundheit etwas mehr Beachtung schenken als jene anderen, die nur der äusseren Aufmachung dienen, fragen, ob auch all die neueren Errungenschaften nicht etwa gesundheitliche Schädigungen mit sich bringen? Die Frage ist voll berechtigt, wenn man bedenkt, dass beispielsweise auch die Färbemittel, vor allem die bleihaltigen, sehr schädlich sind. Eine ähnliche Frage stellte nun auch Frau W. aus W. am 14. Juni 1954. Sie schrieb:

«Für den Fragekasten in den «Gesundheits-Nachrichten» möchte ich folgende Frage an Sie richten: Bei den Dauerwellen wird eine Flüssigkeit auf das Haar gegeben, deren Zusammensetzung Geheimnis des Chemikers ist. Die Coiffeuse trägt dabei Gummihandschuhe. Ist Ihnen bekannt, ob diese Flüssigkeit für Haar, Kopfhaut und eventuell den ganzen Körper schädlich ist, oder darf man ruhig dieser Modetorheit frönen? Ich scheute es bis jetzt, liess mich aber letzthin dazu überreden. Was mir dabei auffiel, war ein leichtes Brennen, wenn die Kopfhaut von der Flüssigkeit betroffen wurde. Das Abspülen nach der Anwendung fand ich ausserordentlich wohltuend, ebenso das spätere Kämmen und Bürsten. Es ist, wie wenn eine Spannung auf der Kopfhaut wäre. — Die Frage drängt sich mir deshalb auf, weil ich durch Sie vom Zusammenhang zwischen Eierstöcken und Haarboden weiss. — Für Ihre Meinungsäusserung danke ich Ihnen bestens.

Unsere Antwort lautete: Von anderweitigen Erfahrungen her weiss ich, dass die flüssigen Mittel, die für die Dauerwellen verwendet werden, nicht allen Frauen zuträglich sind. Auf alle Fälle muss man damit sehr vorsichtig und sorgfältig umgehen, damit sie nicht direkt auf den Körper gelangen. Wenn eine Coiffeuse sehr geschickt ist, kann sie die Behandlung so durchführen, dass die Kopfhaut in keiner Weise davon betroffen wird; ist sie hingegen ungeschickt, so dass die Kopfhaut von der Flüssigkeit benetzt wird, dann kann dies Schädigungen hervorrufen. Gerade weil diese Mittel für die Haut schädlich sind, trägt die Coiffeuse ja auch Gummihandschuhe. Seien Sie also stets sehr vorsichtig in der Auswahl der Coiffeuse, damit Sie jemanden haben, der ganz gewissenhaft und genau arbeitet, wenn Sie sich schon dieser Prozedur unterziehen wollen. Die Haut ist ein weit empfindlicheres Organ als man denkt, weshalb es nicht gleichgültig ist, womit man sie in Berührung kommen lässt. Man kann dies besonders gut an Einreibemitteln feststellen, die auf die Funktion der Organe, ja sogar der innern Organe, eine sehr starke Wirkung ausüben können. Ich würde Ihnen also sehr empfehlen,

nach Anwendung dieser Prozedur mit verdünntem Molkenkonzentrat nachzuspülen. Durch dieses Milchsäurepräparat werden die alkalischen Stoffe noch gelöst und weggeschwemmt, und zudem erhalten Sie durch diese Nachspülung ein schön glänzendes Haar.

Versuchen Sie also einmal, sich auf diese Weise zu behelfen und geben Sie mir dann wieder Bericht über die gemachte Erfahrung.» Diese Auskunft ist vielleicht mancher Leserin unserer Zeitschrift willkommen. Vielleicht wären darüber auch noch verschiedene andere Erfahrungen zu berichten, damit je nachdem noch weitere Vor-sichtsmassnahmen getroffen werden können.

## AUS DEM LESERKREIS

### Mittel und Lebensweise bei Zwölffingerdarm-Geschwür

Mitte Oktober 1953 verlangte Herr R. aus P. Beratung um einer Operation entgehen zu können. Er erhielt für sein Zwölffingerdarm-Geschwür Hamamelis und Gastronol und musste zugleich rohen Kabissaft einnehmen. Auch roher Kartoffelsaft wirkt in solchem Falle ausgezeichnet. Mit den Lebertropfen Chelicynara musste die Leber günstig beeinflusst werden. Zur Darnpflege waren weisser Lehm und gemahlener Leinsamen vorgesehen und gegen Zelldegenerationerscheinungen Petasites. Ferner mussten Lehmwickel und Kohlblätteraufgaben durchgeführt werden und die Ernährung nach den Ratschlägen über «Zweckmässige Schondiät» gerichtet werden, wie diese ja auch im «Kleinen Doktor» zu finden ist. Anfangs Februar schrieb der Patient:

«Ich möchte kurz erwähnen, dass mir die Mittel sehr gut geholfen haben. Von dem Tag an, als ich die Medizin nahm, liessen meine Schmerzen nach. Bis zum heutigen Tag sind auch keine mehr aufgetreten.»

Gegen Mitte Juni teilte uns der Patient auch noch den Röntgenbericht mit, indem er schrieb:

«Teile Ihnen kurz mit, dass mein Geschwür total verschwunden ist. Ich bin im Februar röntgen gewesen. Es ist wunderbar geheilt. Ich habe 5 kg zugenommen und fühle mich sehr wohl. Und das ist immer so, wenn es einem zu gut geht! In letzter Zeit hatte ich wieder Bier getrunken und ziemlich viel geraucht und Eis hatte ich auch gegessen. Gestern bemerkte ich nun wieder einmal etwas Schmerzen und will nun so schnell wie möglich versuchen, es wieder gut zu machen. Darum schicken Sie mir bitte nochmals die Medizin.»

Es ist wirklich erfreulich auf solch einfache Weise einer Operation entgehen zu können. Kein Wunder, dass sich der Patient rasch wieder auf ein Besseres besinnt, nachdem er einsehen musste, dass es gescheiter ist, sich einer vernünftigen Lebensweise zu unterziehen, statt neuerdings die Schmerzenszeit heraufzubeschwören, nur um ein paar schädigender Gewohnheiten willen. Es ist hieraus klar ersichtlich, dass wir wirklich meiden sollten, was die Krankheit verursacht hat. Wenn wir dies beachten, dann können wir auch unsere wiedererlangte Gesundheit festigen und brauchen nicht zu befürchten, erneuter Erkrankung erliegen zu müssen.

### Bronchitis und Nervenkrank

Zur Ausheilung einer Bronchitis und zur Wiedererlangung der Nervenkrankheit erhielt Frl. B. aus G. gegen Ende Februar Urticalcin, Galeopsis, Usnea und Petasites, ferner Nervenmittel, worunter Avena sativa und zur günstigen Beeinflussung der Leber noch Lebertropfen. Ferner musste mit leichtem Nierentee die Niere gepflegt werden und auch die Ernährung hatte sich nach der speziellen «Schondiät» zu richten. Anfangs Juni schrieb die Patientin:

«Nach drei Monaten kann ich Ihnen nun mitteilen, dass sich mein Gesundheitszustand sehr verbessert hat. Ich danke Ihnen vielmals für die Mittel. Ich fühle mich wieder wie ein Mensch und habe Lust und Freude an allem und dazu ein gutes, gesundes Aussehen, was auch von andern festgestellt wurde.»

Solche Berichte sind immer wieder erfreulich, bestätigen sie doch, dass einfache Naturmittel und richtige Lebensweise genügen, um Schädigungen beheben zu können.

### «Der kleine Doktor» als Ratgeber bei Kieferhöhlenerkrankung

Am 12. April 1954 verlangte Frau W. aus R. Hepar Sulf. D 4 und Cinnabaris D 3 für ihren Mann, dem der Arzt bei Kieferhöhlenerkrankung zur Operation geraten hatte. Die besorgte Frau griff daher sofort zum «Kleinen Doktor», machte über Nacht einen Zwiebelwickel und benötigte nun noch zum Wegschaffen des Eiters und zum Heilen die beiden obigen Mittel. Ende Mai berichtete Frau M. über den Verlauf der Erkrankung wie folgt:



«Möchten hier noch unseren besten Dank aussprechen für die guten Mittel Hepar sulf D 4 und Cinnabaris D 3, die meinem Mann so gut geholfen haben. Die Kieferhöhleneiterung ist innert 4 Wochen zurückgegangen und nun ganz geheilt. Mein Mann nimmt diese Woche noch die letzten Mittel ein. Er ist nun glücklich, dass es ohne Operation weggegangen ist.»

Wer diese Krankheit kennt, begreift sehr leicht das Glück über die Heilung. Es ist wirklich erfreulich, dass zwei einfache homöopathische Mittel nebst physikalischer Anwendung so erfolgreich helfen konnten, wo es doch den Anschein machte, es wolle nichts anderes mehr wirksam sein. Der Patient musste allerdings gute Einsicht und Geduld haben und durfte nicht gleich von Anfang an die volle Heilwirkung erwarten, auch musste er, als sie einsetzte weiterhin bis zur völligen Ausheilung Ausdauer bekunden, und an dem fehlt es uns leider oft, weshalb dieses Beispiel bei Mitteleinnahme zur Nachahmung empfohlen ist.

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

Eine erfolgreiche

## SOMMER-KUR

mit Kräuterbädern, Massagen, Darmbädern, Schlenzbädern, Diät-nahrung. Erfolgreiche Oehlkuren in 10 Tagen für Leber-Galle. Packungen für Arthritis. Säftekuren 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.

## 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

## Rieselbäder

können, solange vorrätig, zu dem billigen Preis von Fr. 15.— bezogen werden von:

Dr. A. VOGEL, TEUFEN AR

Gut eingeführtes

## Reform- und Kräuterhaus

in grösserer Stadt der Ostschweiz ist Umständehalber zu verkaufen zum Preise von Fr. 18 500.— gegen bar. Sehr gute Existenz. — Ernsthafte Interessenten belieben ihre Offerte unter Chiffre GN 754 zu richten an die Administration dieses Blattes in Villmergen, Postfach 7244.

Wir suchen exakt arbeitende, neuzeitlich eingestellte

## Kaufm. Angestellte

mit abgeschlossener Lehre, Kenntnissen der Durchschreibebuchhaltung und Stenographie. Bewerberinnen aus der Lebensmittelbranche und mit Erfahrung im Ladenservice erhalten den Vorzug. — Bitte Offerte mit Zeugniskopien, Photo und Angaben des Lohnanspruchs an das

REFORMHAUS NAEF, Salerstr. 12, ZÜRICH 50

TEUFEN (Appenzell) 950 m. ü. M.: ERHOLUNGSHAIM

## „SUNNEHUS“

Haus für Ruhesuchende und Rekonvaleszenten. Gute, reichliche Verpflegung: Rohkost, vegetarische und allg. Kost.

NEU: Mediz. Heilbäder-Kuren

Spez.-Nervenbad, Entschlackungsbad, Kreislaufbad, Moor-Extrabad, Sauerstoffbad mit Mineral/Fichtennadel, Sitzbäder für Frauenkrankheiten. Kuren zu 10—12 Bäder, wöchentlich 2—3 Bäder. Pensionspreis ab Fr. 10.—.

Leitung:

Schw. Hedwig Joss und Fr. Hubschmid - Tel. 071 / 23 65 53

## Wem keine Meerbäder möglich sind

verwende zu Hause

Dr. A. Vogel's SANTAFLORA-BADEZUSATZ  
1 Flasche . . . . . Fr. 6.—

Dr. A. Vogel's SANTAMARE-BADESALZ  
1 Dose zu 500 g . . . . . Fr. 2.50  
1 Dose zu 1 kg . . . . . Fr. 4.50

Zu beziehen in den Reformhäusern.

Hersteller: BIOSAN G. m. b. H., TEUFEN (App.)



## Wenn Sie viel Salat essen

dann verwenden Sie LACTA-ESSIG!

Wie es sein Name sagt, wird der LACTA-ESSIG aus Milchprodukten gewonnen. Er wird aus kondensierter Molke ohne jede Beimischung auf dem natürlichen Gärungswege hergestellt und ist daher absolut naturrein.

Der LACTA-ESSIG ist kernig und mild. Er ist gerade von Leuten, die viel Salat essen, sehr geschätzt.

Wer die Qualitätsvorteile vom LACTA-ESSIG kennt, wird diesem Essig den Vorzug geben.

Fr. 1.70 die Literflasche. Erhältlich in den Reformhäusern.

## Lacta-Essig

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.

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