Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 11 (1954)

Heft: 4

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: 11.12.2025

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

FRAGEN UND ANTWORTEN

Fluortabletten und Zahnfäulnis

Lösen die in der Schule abgegebenen Fluortabletten das Problem der überhandnehmenden Zahnfäulnis? Diese Frage, die wohl viele Eltern interessieren mag, ging aus dem Schreiben von Frl. E. aus W. vom 15. Februar 1954 hervor. Sie berichtete wie folgt:

«Im Frühling werden an manchen Orten jetzt schon Fluortabletten in der Schule abgegeben. Wäre es nicht möglich, in den «Gesundheits-Nachrichten» die Leser über dieses neue, sogenannte Vorbeugungsmittel gegen Zahnfäulnis aufzuklären? Ich bin sehr skeptisch eingestellt. Wäre es nicht besser, den Uebelstand bei der Wurzel anzufassen?»

Früher hat man geglaubt, dass die Zunahme der Zahnfäulnis mit einem Kalkmangel im Zusammenhang stehe, weshalb Kalktabletten, vor allem michsaurer Kalk verabreicht wurde. Das Uebel wurde dadurch aber nicht behoben. Man hat nun herausgefunden, dass vor allem die äussere, fluorhaltige, glasharte Schicht gepflegt und erhalten werden muss, damit diese nicht geschädigt wird und Risse bekommt, durch welche die Bakterien eindringen und den innern, mehr kalkhaltigen Teil des Zahnes angreifen und rasch zugrunde richten.

Aus dieser Ueberlegung heraus gibt man heute Fluortabletten, wie man früher milchsaure Kalktabletten verabreichte, aber auch dadurch wird die Zahnfäulnis ebensowenig beseitigt wie durch die früheren Bemühungen. Theoretisch ist es wohl richtig, wenn man Kalk und Fluor eingibt, aber nicht in der erwähnten Form. Man muss die Sache, wie die Fragestellerin richtig erwähnt, an der Wurzel angreifen, da man sonst mehr schaden als nützen kann. Die vielen Eingeborenen in Afrika und Amerika, die wunderbare Zähne besitzen, ohne irgend ein schwarzes Tüpflein oder sonstwie eine kranke Stelle, haben nie Gelegenheit gehabt, Kalk- oder Fluortabletten zu schlucken.

Unsere Zahnerkrankung ist bestimmt eine Zivilisationsfolge und in erster Linie ist die entwertete Nahrung schuld daran. Eine lange Reihe schädigender Erzeugnisse können wir da erwähnen, wie Weissmehl, Weissbrot, weisse Weggli, weisse Teigwaren, weissen Reis, weissen Zucker und all die vielen süssen Schleckwaren aus weissem Zucker, verbunden mit künstlichen Säuren, Farben und anderm mehr, wie auch die reiche Schar von Büchsenkonserven, die an Stelle frischer Früchte und Gemüse steht. Dies alles hilft mit die gesunde Grundlage zu untergraben und der Zahnfäulnis Tür und Tor zu öffnen.

Wenn daher unsere Schulbehörde etwas ändern will, dann sollte sie dafür sorgen, dass in der Schule über die Schädigungen der denaturierten Nahrung gründliche Aufklärung erfolgt. Auch die Aerzteschaft, überhaupt jeder, der in solchen Fragen Einfluss besitzt, sollte daran mithelfen und in einigen Jahren hätten wir ein erfolgreiches Ergebnis, das uns alle erfreuen würde.

Kalk- und fluorhaltige Nahrung ist eines der ersten Erfordernisse, um der Zahnfäulnis erfolgreich entgegenwirken zu können. Unser Vollgetreide, vor allem das Roggenkorn hilft dabei reichlich mit. Am besten erhalten wir den ganzen Gehalt des Getreides, wenn wir das Korn frisch mahlen und aus dem erhaltenen Brei eine schmackhafte Speise zubereiten, wie dies schon oft in den «Gesundheits-Nachrichten» erwähnt worden ist. An zweiter Stelle steht ein Vollkornbrot, das vorwiegend Roggen enthält. Gerade diese Ueberlegung hat mich veranlasst, ein Brot herauszugeben, das 80% Roggen und nur 20% Weizen enthält. In meinem Flockenbrot, das heute fast bereits in jeder Stadt im Reformhaus erhältlich ist, finden wir eine wertvolle Nahrung für Gross und Klein, um dem Körper Kalk, Fluor und andere Stoffe zuzuführen, die er für den gesunden Aufbau der Zähne benötigt. Also weg mit Weggli und Weissbrot, mit weissen Teigwaren und allerlei Schleckzeug. Regelmässig ein gutes Roggenbrot auf dem Tisch und zum Frühstück ein Müesli aus frischgemahlenem Vollkornbrei mit Früchten und Honig hilft die Zähne unserer Kinder gesunden zu lassen, so dass sie bald einen andern Zustand aufweisen werden. Was bei meinem Flockenbrot noch als besondern Vorteil gewertet werden kann, ist der Umstand, dass das Korn jeweils frisch gemahlen, sofort verteigt und verbacken wird, wodurch keine wichtigen Stoffe verloren gehen oder vermindert werden. Zudem wird beim Backen auch zu grosse Hitze verhütet, was dazu beiträgt, dass das Brot die höchstmöglichsten Werte aufweisen kann.

Wer bei einem Mineralmangel, vor allem bei einem solchen von Kalk, nachhelfen will, sollte dies mit pflanzlichen Hilfsmitteln besorgen. Vorteilhaft hiezu sind die aus Brennesseln gezogenen Kalktabletten Urticalcin oder die Mineralsalztabletten Alfavena, die aus Luzernaklee und frischem Hafer, also Avena sativa gewonnen sind. Solche Hilfsmittel können mitwirken, um einen bestehenden Mangel rascher zu beheben.

Im übrigen ist und bleibt die möglichst unveränderte Naturnahrung das beste, um unsere Nährschäden und somit auch die Zahnfäulnis langsam aber sicher zu beheben.

AUS DEM LESERKREIS

Günstige Beeinflussung von Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett

Im 6. Monat ihrer Schwangerschaft schrieb Frau R. aus O. um Hilfe, da sich verschiedene Beschwerden eingestellt hatten. Sie bekam von uns die spezifischen Venenmittel Hyperisan, Urticalcin und Aesculus hipp. Zur Unterstützung der Niere erhielt sie den Rat, öfters Nieren- oder Hagebuttentee zu trinken. Ferner wurde sie darauf aufmerksam gemacht, besonders auch auf eine gute Darmpflege zu achten und mit Dörrfrüchten, Leinsamen oder Psyllium nachzuhelfen. Im Zusammenhang damit muss auch gründliches Kauen und Durchspeicheln gewissenhaft beachtet werden. Spaziergänge mit richtiger Atemtechnik, Tiefatmungsübungen überhaupt, wurden nach dem Rat im «Kleinen Doktor» zur Stärkung der Nerven empfohlen. Nebst den Venenmitteln war noch Belladonna D 4 gegen Wadenkrämpfe einzunehmen, weil krampflösend, und äusserlich waren warme Lehmwickel mit Johannisöl anzuwenden. Als günstige Diät während der Schwangerschaft wurde im besondern auch noch auf den öftern Genuss von rohen Frischgemüsen in Salatform mit Citrone oder Molkenkonzentrat und Oel zubereitet, hingewiesen, wie auch auf Vollkornprodukte und salzarme Kost.

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 Qualitätsvorzüge 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!

Am 17. Januar dieses Jahres sandte nun Frau R. folgenden Bericht über den günstigen Verlauf ihres damaligen Zustandes:

«Endlich möchte ich Ihnen doch noch meinen aufrichtigen Dank aussprechen für Ihre wirklich guten, wirksamen Tropfen. Ich schrieb Ihnen im Dezember 1952. Damals befand ich mich im 6. Monat meiner ersten Schwangerschaft. Sie sandten mir Tropfen gegen Krampfadern und Thrombosen. Diese nahm ich nach Vorschrift täglich ein. Kannte alsdann eigentlich keine Beschwerden mehr und konnte bis am 10. April 1953 immer meiner Arbeit nachgehen. Am 11. April morgens um 1 Uhr verspürte ich in gleichen Abständen schwache Leibschmerzen. Um 7 Uhr kam die Hebamme. Die Wehentätigkeit ging gut vorwärts, und um 11 Uhr kam unser kleiner Heinz zur Welt und wog 3,8 kg. Hebamme und Arzt verwunderten sich sehr über den guten Verlauf der Geburt trotz meinen 35 Jahren. Ich kann ihre Tropfen in dieser Hinsicht bestens empfehlen. Sie wirken fast Wunder. Ich war immer gut «zweg» während dem Wochenbett. Der Kleine bekam keine Muttermilch, vertrug aber den Schoppen von Anfang an bis heute vorzüglich. Besonders möchte ich allen Frauen das Urticalcin bestens empfehlen. Unser Bub gedeiht also prima.»

Solche Berichte sind keine Seltenheit und doch können sie uns immer wieder von Neuem erfreuen, zeigen sie doch, welch' reichliche Hilfe in der Natur verborgen liegt, man muss sie nur zu finden wissen.

BESONDERE MITTEILUNGEN

Drei Jahrzehnte Frischpflanzenpräparate

Es ist erfreulich, zu sehen, wie während den letzten drei Jahrzehnten intensiver Tätigkeit unsere Frischpflanzenpräparate in der Schweiz Tausenden von dankbaren Abnehmern grundlegend gedient und geholfen haben. Kein Wunder zwar, denn die rohen Säfte der frischen, grünen Kräuter unserer Berge vermögen zu flicken, zu ergänzen und zu stärken, so dass sie als bewährte Hausmittel nicht mehr weggedacht werden können.

Vor ungefähr 20 Jahren haben in Anbetracht dessen verschiedene Reformhäuser den Wunsch geäussert, diese Hausmittel ebenfalls führen zu dürfen, da sie von den Kunden öfters verlangt wurden. Dadurch nun konnte dem Verbraucher, wie auch dem Reformhaus ein wesentlicher Dienst geleistet werden und für uns selbst bedeutete es eine Entlastung, da auf diese Weise viele Kleinspeditionen wegfielen.

Ein engherziger Geschäftsmann, der den Reformhäusern diesen zusätzlichen Verdienst missgönnt, reklamierte nun aber dieserhalb bei der Sanitätsbehörde und diese vertritt die Auffassung, dass unsere Frischpflanzenpräparate nicht nur den Charakter von Hausmitteln, sondern zum Teil auch von Heilmitteln besitzen. Aus diesem Grund soll der Verkauf nicht über das Reformhaus getätigt werden, was wir unserseits bedauern, da der Bezug durch das Reformhaus für den Verbraucher sehr praktisch war.

Weil nun die Bestellungen wieder direkt an uns zu richten sind, möchten wir den Verbrauchern weitgehend entgegenkommen und werden somit Sendungen von Fr. 10.— an franco liefern. Auch das Bestellungsporto wird von uns getragen, wenn jeweils mit der Bestellung eine Antwortkarte bei uns angefordert wird. Wir werden bemüht sein, die vielen begeisterten Verbraucher unserer Frischpflanzenpräparate prompt und gut zu beliefern.

Es ist ferner unser Bestreben, auch das Reformhaus schadlos zu halten durch einige gute, neue Artikel, die wir in Vorbereitung haben. Bestimmt wäre es von Nutzen, wenn die Reformhäuser behördlicherseits als Berufsgruppe Anerkennung finden würden, so dass sie Hausmittel und gesundheitliche Produkte wenigstens im gleichen Rahmen führen dürften, wie die Drogerien. Das Reformhaus ist als Schöpfung unserer Zeit nicht mehr wegzudenken, und seine Entwicklung zeigt, dass es an Bedeutung bestimmt noch wesentlich zunehmen wird. Es dürften ihm, wenn es richtig geführt wird, daher auch Erleichterungen in Form von besonderen Vorrechten zukommen. Die gesamte Bewegung sollte sich zur Fühlungnahme mit den behördlichen Instanzen einigen, um entsprechende Berücksichtigung zu erlangen. Bis dies erreicht ist, werden wir unsere Verbraucher, deren jahrelanges Vertrauen in unsere bewährten Frischpflanzenpräparate wir ihnen an dieser Stelle verdanken möchten, gewissenhaft bedienen. Nach wie vor möchten wir vermehrte Gelegenheit haben, Tausenden von Kranken behilflich zu sein, damit sie auf natürliche Art und Weise wieder Gesundheit und Stärkung finden mögen. Auch all jener möchten wir noch dankend gedenken, die aus innerer Ueberzeugung unsere Erzeugnisse immer wieder weiter empfohlen haben.

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

Lichtbilder-Vorträge

von Dr A. Vogel

über das Ergebnis seiner letztjährigen Studienreise.

Bei den Indianern von Mexiko

Beobachtungen über Ernährungs- und Gesundheitsfragen bei den Eingeborenen. Was können wir daraus lernen?

Naturwunder und Schönheiten von Amerika, besonders Mexiko.

Lassen Sie sich diesen interessanten Vortrag mit farbigen, selbst aufgenommenen Lichtbildern nicht entgehen! Bringen Sie Ihre Freunde und Bekannten mit.

Eintritt: Fr. 1.50 mit Stempelsteuer 1.65.

Der Vortrag wird gehalten in:

Bern	**Montag, den 5. April 1954** 20.00 Uhr im grossen Saal des Vereinshauses, Zeughausgasse 39
Thun	**Mittwoch, den 7. April 1954** 20.00 Uhr im Restaurant Freienhof
Interlaken	**Donnerstag, den 8. April 1954** 20.15 Uhr im Hotel Gotthard
Spiez	**Freitag, den 9. April 1954** 20.00 Uhr im Hotel des Alpes
Meiringen	**Samstag, den 10. April 1954** 20.00 Uhr im Hotel Baer
Olten	**Montag, den 12. April 1954** 20.00 Uhr im Hotel Glockenhof
Biel	**Dienstag, den 13. April 1954** 20.00 Uhr im Hotel de la Gare
Brugg	**Dienstag, den 20. April 1954** 20.00 Uhr im Hotel Bahnhof
Uster	**Mittwoch, den 21. April 1954** 20.00 Uhr im Usterhof

Weitere Vorträge werden in der nächsten Nummer der «Gesundheits-Nachrichten» veröffentlicht.

Benützen Sie Ihre

Ferienzeit

zur Regenerierung Ihrer Körperkräfte. Eine sorgfältige Diät-Kur, verbunden mit den berühmten Kuhne-Anwendungen verschafft auch Ihnen neue Lebenskraft. Anfragen an

Frl. Trudi Schneebeli, Mogelsberg (Toggenburg)