

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 12 (1955)
Heft: 4

Rubrik: Wichtige Mitteilungen

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: 21.02.2026

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

arzt weiss kein Mittelchen mehr. Nun wende ich mich an Sie und bitte Sie, mir mitzuteilen, ob Sie dem Kind helfen können.» Nach erfolgter Urinuntersuchung lautete unsere Antwort: «Es handelt sich bei Ihrem Kind nicht nur um eine Blasenschwäche, sondern um eine Reizung der harnableitenden Wege. Wir fanden eine bakterielle Entzündung bestätigt. Ausserdem zeigte sich auch eine Spur Zucker und die Ausscheidung der Chloride ist im Vergleich zu dem spezifischen Gewicht recht hoch. Im Urin sind amorphe Phosphate nachweisbar. Dies beobachten wir meist bei jenen Patienten, die ein geschwächtes Nervensystem haben. Wir empfehlen nun, dass Sie die bakterielle Harnzersehung beseitigen, denn durch diese kann eine Reizung der Blase entstehen, die zu vermehrtem Wasserlös führt und damit zu einem Bettnässen. Wir empfehlen für Ihr Töchterchen einen Nierentee und die Nierentropfen Nephrosolid. Auch sollten Sitzbäder durchgeführt werden, welche bei 37 Grad eine halbe Stunde dauern und zwar unter Zusatz von Zinnkrauttee. Geben Sie immer heisses Wasser nach, damit die Temperatur immer auf 37 Grad bleibt. Geben Sie dem Kind ferner Galeopsis und Urticalcin. Diese beiden Mittel wirken kräftigend auf die Blasenmuskulatur und erhöhen die allgemeine Widerstandskraft. Ausserdem legen wir noch die Blasetropfen bei. Wir hoffen, dass wir damit dem Kind helfen können. Es ist aber noch wichtig, dass Sie ihm jetzt möglichst kein Salz und keine scharfen Gewürze geben. Auch gekochte Eier und Fleisch sollten möglichst gemieden werden. Sehr gesund sind jedoch rohe oder leicht gedämpfte Gemüse, ferner Vollkorngerichte und Vollkornbrot. Nach 4 Uhr abends sollte das Kind nichts mehr trinken, sondern erst wieder am andern Morgen früh. Dann dürfen Sie ihm genügend zu trinken geben.»

Schon am 4. März erhielten wir folgenden Bericht:

«Vor allem möchte ich Ihnen danken für die Heilmittel für mein Töchterchen. Sie haben Wunder gewirkt. Schon einige Tage nach Beginn Ihrer Kur hatte das Kind nie mehr ein nasses Bett. Wir sind alle hocherfreut über dieses Ergebnis.»

Solche Erfolge sind wirklich erfreulich, denn eine solche Erkrankung mit ihren unliebsamen Folgen ist nicht nur für das Kind, sondern auch für die Mutter äusserst lästig.

Behebung einer Blasenschwäche

Wenn sich eine Blasenschwäche schon bei einem Kind unangenehm auswirkt, wieviel mehr noch bei einem Erwachsenen. — Frau S. aus Z. bat deshalb um Rat zur Behebung dieses Leidens. Ihr Bericht lautete:

«Ich bin 44 Jahre alt und befinde mich in einer für mich sehr depressierenden Lage. Vor ca. 4 Wochen liess ich mich operieren, weil mir ein Arzt sagte, ich hätte eine Blasensenkung. Als ich allerdings im Spital untersucht wurde, sagte mir die dortige Aerztin, meine Blase sei wie bei andern Frauen, die eine Schwangerschaft durchgemacht haben, aber sie wollten mich trotzdem operieren, um mir helfen zu können. Die Beschwerden waren, wie übrigens jetzt auch wieder, sehr häufiges Wasserlös, bei Husten und Anstrengung sogar unfreiwillige Entleerung der Blase. Allerdings war dies nur zeitweise, weshalb ich glaube, dass durch Stärkung der Blase etwas erreicht werden kann. Die Operation war nach meiner Auffassung völlig zwecklos.»

Die Patientin hatte nun die Blasetropfen regelmässig in Bärentraubentee einzunehmen, erhielt zur Stärkung ebenfalls Urticalcin und Galeopsis, ferner zur äussern Behandlung noch Symphosan, womit sie täglich zweimal die Blasenegend einreiben musste, um auch von aussen her auf die Schwäche günstig einzuwirken. Die Diätvorschriften waren die gleichen wie beim vorhergehenden Fall. Als sich die Patientin später wegen einem andern Anliegen wieder an uns wandte, schrieb sie unter anderm auch, dass ihre Blasenschwäche durch die verwendeten Mittel geheilt worden sei.

AUS DEM LESERKREIS

Hilfe bei Schlaflosigkeit

Heute ist man allgemein gewohnt zu chemischen Mitteln zu greifen, wenn irgend etwas nicht klappt, vor allem aber bei Schlaflosigkeit. Es ist nun aber bekannt, dass mit der Zeit die chemischen Mittel ihre Wirkung verlieren, weil sich der Körper daran gewöhnt. Interessant ist es indes, dass dann nach dem Versagen starker Mittel trotzdem Naturmittel noch erfolgreich eingesetzt werden können. Aus einem Erholungsheim in R. erhalten wir dies bestätigt. Der Bericht Ende letzten Jahres lautete:

«Vorerst möchte ich einmal Ihre guten Schlafwoltropfen rühmen. Dass sie zuverlässiger wirken als die chemischen Mittel zeigen Ihnen die beiden nachstehenden Beispiele.»

In unserem Heim haben wir eine bald 70jährige Frau, welcher wir vor ungefähr 2½ Jahren chemische Schlafmittel, Luminal, Persedon und Sanalepsi gaben. Die Mittel mussten wir von Zeit zu Zeit immer höher dosieren. Wenn die Höchstdosis erreicht wurde, musste wieder gewechselt werden. Wir nahmen dann Zuflucht zu Ihren Schlafwoltropfen und können bezeugen, dass die Frau mit diesen viel besser schläft als mit den chemischen Schlafmitteln.

In unserem Bekanntenkreis haben wir eine junge Tochter, welche an einer schweren Halsangina erkrankte. Nachher konnte sie einfach nicht mehr schlafen. Der Arzt gab ihr Schlafmittel, welche ihr nur zu einem Schlaf von 1—2 Stunden verhalfen. Dann griff sie in ihrer Not zu Ihren Schlafwoltropfen. Sie nahm solche im Wechsel mit Ihrem natürlichen Traubennährzucker und Honig ein. Schon in der ersten Nacht konnte sie herrlich schlafen und fühlte sich wieder wohler.

Es ist eine Freude zu vernehmen, wie gut Ihre Mittel wirken. Uns ist zwar bewusst, dass nicht jeder Mensch so prompt reagiert, dass es also oft mehr Geduld braucht. Aber wir wissen, dass sich das Warten lohnt.»

Ja, es ist so, nicht bei allen tritt der Erfolg so rasch ein, oft müssen erst gewisse Störungen und Schädigungen behoben werden. Auf alle Fälle aber werden wir mit Naturmitteln unsern Zustand nie verschlimmern. Die Schlafwoltropfen wirken so günstig, weil sie ein Frischpflanzenpräparat aus dem nutritiven Nervenmittel Avena sativa sind, aus dem beruhigenden Baldrian und der einschläfernden Hopfenpflanze. Obwohl Baldrian als Einzelmittel mit der Zeit seine Wirksamkeit einbüsst, denn es ist ein pflanzliches Narkotikum, verliert es diese bei richtiger Dosierung und Verbindung mit den andern Komponenten nicht. Wem also Baldrian nur vorübergehend gedient hat, muss nicht etwa befürchten, dass auch die Schlafwoltropfen versagen, weil sie diese Pflanze enthalten. Es kommt immer auf die richtige Dosis und Kombination an. Zudem ist Avena sativa das bestnährende Nervenmittel, das aufbauend und stärkend wirkt und gegen den Hopfen haben besonders Bierfreunde nichts einzuwenden, wissen sie doch, dass es gerade der Hopfen im Bier ist, der ihnen die richtige Schwere verleiht und sie gut und gemütlich schlafen lässt und zwar ohne Nachteil von seiten der Hopfenwirkung. Diese Feststellung will nun allerdings das Bier nicht als heilsames Schlafmittel empfehlen. Sein Gehalt an Hopfen und Malz ist gut, im übrigen aber kann es keineswegs als Heilmittel angesprochen werden.

«Der kleine Doktor» versieht sein Amt

Immer und immer wieder erhalten wir Berichte, dass «Der kleine Doktor» sein Amt gut besorgt, da er die Mütter richtig unterrichtet, so dass sie sich auf ihn verlassen können. Dies bestätigte Mitte Februar auch Frau P. aus P., indem sie wie folgt schrieb:

«Anschliessend möchte ich Ihnen noch ein kleines Dankeschreiben zukommen lassen. Es ist zwar etwas spät, aber ich bin überzeugt, dass es Sie trotzdem noch freut. Letztes Jahr hatten mein Mann und unser Bub den Mumpf. Da ich dann sofort von Ihren Mitteln, nämlich von Mercurius solub. D 10, von Belladonna D 4, Aconitum D 6 und nachträglich noch von Silicea D 6 Gebrauch machte, waren beide bald geheilt, ohne einen Nachteil davon zu tragen. Wir alle waren überglücklich und die Nachbarn waren erstaunt, dass mein Mann diese Krankheit so gut überstanden hatte, was wir nur Ihren Mitteln zu verdanken haben. — Ist eines krank, nehme ich sofort meinen lieben «kleinen Doktor» zur Hand, der mir schon so manchen guten Rat gegeben hat, weshalb ich ihn nicht mehr missen könnte.»

Die nähere Anweisungen, die «Der kleine Doktor» bei Mumpf erteilt, befinden sich auf Seite 90.

WICHTIGE MITTEILUNGEN

Achtung!

Ofters kommt es vor, dass Patienten vergessen ihren Briefen oder Urinpaketen die genaue Adresse beizufügen. Mancher mag sich alsdann ärgern, wenn er dieshalb nicht prompt bedient werden kann. Es kommt ihm dabei aber keineswegs in den Sinn, er könnte vielleicht in der Eile vergessen haben, die genaue Adresse anzugeben. Oft sind auch die Namen sehr unleserlich geschrieben, weshalb wir alsdann die Bestellung nicht erledigen und dem Fragesteller die Antwort nicht zusenden können. Wer also die Gewohnheit pflegt, so schön oder so schlecht zu schreiben, wie ein alter Professor, dessen Schrift man kaum entziffern kann, der sollte sich

entweder anstrengen, die Adresse besonders deutlich zu schreiben, oder aber sie am besten in Druckschrift zu vermerken.
Eine weitere Notwendigkeit ist die Angabe der genauen Adresse, damit Verwechslungen vermieden werden können. Kommt die gleiche Ortschaftsbezeichnung auch noch in andern Kantonen vor, dann darf auf keinen Fall der Kanton vergessen, sondern sollte stets deutlich vermerkt werden. Dadurch fällt für die Post unnütze Arbeit dahin und die Sendung erfährt keine Verzögerung.
Jeder, der die gegebenen Anweisungen berücksichtigt, erspart uns vermehrte Arbeit und Sorgen, auch muss er nicht vergebens auf Antwort und Bedienung warten. Wer indes nach erfolgter Anfrage nicht von uns bedient wird, sollte nach einer gewissen Zeit sein Anliegen an uns wiederholen, denn es mag sein, dass einer der erwähnten Gründe die Erledigung der Angelegenheit verunmöglicht hat. Bei der vielen Korrespondenz kann es auch einmal vorkommen, dass ein Brief irgendwie verloren geht, weshalb eine Reklamation unumgänglich ist, wenn die Bedienung nicht auf den normalen Zeitpunkt erfolgt.
Wir verdanken allen die entsprechende Rücksichtnahme aufs beste.

Atem ist Leben

So ist ein Hauptartikel in meinem Buche «Der Kleine Doktor» überschrieben. Ich habe seit dem Erscheinen dieses Buches viele Zuschriften bekommen, die mir bestätigen, wie dankbar viele Leser sind über die in dem Buche gegebenen Ratschläge. Auch über die Auswirkung der Zwerchfellatmungsgymnastik bei vielerlei Leiden sind bereits interessante Berichte eingegangen. Es ist deshalb angebracht, alle Leser der «Gesundheits-Nachrichten» immer wieder auf die Vorteile einer richtigen Atmungstechnik aufmerksam zu machen. Besonders bei Märschen, Ausflügen und Spaziergängen und nicht zuletzt auch bei sportlichen Leistungen ist die Atmung von grosser Bedeutung. Glücklicherweise gibt es heute da und dort biologisch eingestellte Aerzte und Heilpraktiker, die Atmungsgymnastik empfehlen und sogar Atmungskurse veranstalten.
Ich hatte selbst Gelegenheit die praktischen Demonstrationen von Herrn *Helmel* zu sehen und war sehr beeindruckt davon. Dieser alte und doch jung gebliebene Praktiker beweist mit seinem eigenen elastischen Körper, dass seine Erfahrungen mit der Atmungsgymnastik jeden naturverbundenen Menschen ansprechen sollte, durch richtige Atmung stärker, elastischer und gesünder zu werden. Den vollen Nutzen der besten natürlichen Ernährung haben wir nur, wenn wir uns auch genügend bewegen und dabei richtig atmen.

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

Wegen Nichtgebrauch
(Abreise nach Amerika)

1 Turmix

Fr. 250.— statt Fr. 350.—

1 Joghurt-Apparat

für 3 Pers., fabrikneu, Fr. 35.—.

Schwester Hulda Städeli
Rainstrasse, Stäfa

GESUCHT: Einfache, saubere,
tüchtige

TOCHTER

für einige Wochen als Hauspflege
(Wochenpflege) zu drei kleinen Kindern. Einfache Bircherküche. - Offerten an F. Aeschlimann-Hofer, Bernstr., Rothrist.

Dr. A. VOGEL aus Teufen **spricht!**

in:

Buchs SG Dienstag, den 5. April 1955
20.00 Uhr im Hotel Grüneck

Burgdorf Donnerstag, den 28. April 1955
20.00 Uhr im alkoholfreien Restaurant zum Zähringer

THEMA: **Was bedeutet die Leber für unsere Gesundheit?**

Wie erhalten wir unsere Leber gesund? Wie können wir sie günstig beeinflussen, wenn Funktionsstörungen oder eine Krankheit vorliegen? Welche Diät schalten wir ein und welche Anwendungen sind notwendig? Welche Rücksichtnahmen müssen wir beachten? Was dürfen wir uns gestatten? Was sollen wir essen und was meiden? — Ueber alle diese interessanten Fragen wird uns der Vortrag Aufschluss geben. Der Redner spricht nicht als Theoretiker sondern auf Grund 30jähriger Erfahrung.



Qualitäts-Gemüse

durch richtige Kompost-Pflege mit
«SILIZIUM»-Urgesteinsmehl!
Aufklärung über Bodenfruchtbarkeit
durch:
ROLF KOCH, KRIENS 41 / (LU)

Pension „Sünnehüs“ Teufen AR

950 m ü. M.

Haus für Ruhesuchende und Erholungsbedürftige. Gute, reichliche Verpflegung: Vegetarisch und Vollkost. Jedem Gast steht die Möglichkeit offen, unsere bestbewährten Badekuren zu geniessen. Speziell für Rheumatiker, Nervöse, gegen Kreislaufstörungen und zur Entschlackung etc. Kurdauer 3—4 Wochen. Preis 50—60 Fr. Pension: Pauschal Fr. 11.80.

Leitung:

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

HELMELS SELBSTERNEUERUNGS-KURSE

Neuzeitliche Ferien, ohne Risiko (unabhängig vom Wetter) — sinnvoll, vernünftig, naturfroh, aufbauend, regenerierend!



BEATENBERG

Hotel Edelweiss
11. bis 17. April 1955
Preis Fr. 150.— ca.*

LUZERN (OBERRÜTI)

Hotel Waldhaus ob Horw
17. April bis 1. Mai 1955
Preis Fr. 150.— ca.*
pro Woche

SCHLOSS STEINEGG

Hüttwilen (Thg.)
1. bis 15. Mai 1955
Preis Fr. 140.— ca.*
pro Woche

* Zuschläge für Sonderwünsche

Regelprogramm: vormittags Atemübung nebst Vortrag/Gymnastik
nachmittags: frei für Ausflüge/Übungen

Lesen Sie — erleben Sie schon jetzt Helmels Schriften und Lebensweisungen durch seine

- Werke: a) Atem- und Lebensschule «Der bejahende Mensch» Fr. 12.— kt., Fr. 14.— geb.
b) Steigere deine Lebens-, Nerven- und Heilkraft mit Vokal-, Stimm- und Sprechübungen Fr. 6.— kt.
c) Blutwellübungen, kräftigen Kreislauf und Herz! Fr. 4.20.

Anmeldung/Bestellung/Bildprospekte vom Sekretariat Volksgesundheit, Zürich 1
Sihlstr. 30 (Telefon 051 - 25.34.33)