

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 12 (1955)  
**Heft:** 9

**Artikel:** Vom Wert des Wassers  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-552840>

#### 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>**



# Besundheits-Nachrichten

MONATSZEITSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE  
Naturgemäße Ernährung, Körperpflege und Erziehung

Jahresabonnement:  
Inland . . . . Fr. 4.50  
Ausland . . . . Fr. 5.70

Redaktion/Verlag: Dr. h. c. A. Vogel, Teufen  
Telefon (071) 23 61 70 Postcheck IX 10775  
Druck: Isenegger & Cie., Villmergen

Vertriebsstelle für Deutschland:  
VITAM „Verlag“ Hameln Abonnement: 4.50 DM  
Postcheckkonto Hannover 55466

Insertionspreis:  
Die Ispaltige mm-Zeile 30 Rp.  
Bei Wiederholungen Rabatt

## AUS DEM INHALT:

1. Des Wassers wechselnder Lauf. / 2. Vom Wert des Wassers. /
3. Ist der Krebs heilbar? / 4. Wie die Natur helfen kann. / 5. Das arme, kranke Schleckmäulchen. / 6. Eigenartige Wunds- und Ekzembehandlung. / 7. Auch in Afrika beginnt es zu hapern. / 8. Fragen und Antworten: a) Rasche Heilung einer Colitis; b) Richtige Behandlung bei älterem Ischiasleiden; c) Heilung einer Scheidensenkung. / 9. Aus dem Leserkreis: a) Gute Hilfe bei starkem Schwächezustand; b) Unschädliche Hilfe bei Fettsucht.

## DES WASSERS WECHSELNDER LAUF

Wenn ein leichter Regen die Erde tränkt,  
Der labende Tau ihr Erfrischung schenkt,  
Die Quelle sprudelt immer fort, ja fort,  
Das Bächlein wandert von Ort wohl zu Ort,  
Wenn als Strom es eilet hinab ins Meer,  
Sind wir's zufrieden, wir brauchen nicht mehr!  
Wenn aber alles sich kleidet in Grau,  
Wochenlang Nebel verhüllt die Schau,  
Wenn Tag für Tag Wolken entleeren sich,  
Endloser Regen stets plätschert um dich,  
Dann seufztet alles, der Mensch und das Land  
Und sehnzt sich nach einer ordnenden Hand.  
Wahrlich, es steht nicht in unsrer Macht,  
Solches zu regeln bei Tag und bei Nacht.  
Das zu bedenken und dankbar zu sein  
Dem Wechsel von Regen und Sonnenschein,  
Vergessen wir rasch im Gleichmaß der Zeit,  
Wir finden es schön ohn' Mühe und Leid.  
Doch, wenn das Maß aus den Fugen gerät,  
Wenn dir verdirbt, was du sorgsam gesäßt,  
Wirst erst du die vielen Wunder gewahr,  
Die still dich umgeben das ganze Jahr.  
Den Kreislauf des Wassers beachtest du,  
Es wandert stetig, ohn' Rast und ohn' Ruh,  
Es dient dir als frischer, sprudelnder Quell,  
Als tränkender Regen ist es zur Stell,  
Als labendes Bad im lächelnden See,  
Als warme Decke erweist sich der Schnee.  
Jedoch, auch des Wassers treibende Kraft  
Uns manchen staunenden Segen verschafft.  
Es birgt in sich Heilung, Stärkung und Freud',  
Drum nimm, was es liebend an Güte dir beut.

## Vom Wert des Wassers

### Seine Notwendigkeit

Wenn uns ein solch nasser Sommer beschieden ist wie der diesjährige, dann mag ein gewisser Unwill gegen das viele Wasser in uns aufsteigen. Wer aber in Gegenden leben muß, in denen das Wasser die größte Kostbarkeit darstellt, so daß es gewissmassen wertvoller ist als Wein, der weiß es sehr zu schätzen. Wenn 6—7 Monate kein Tropfen von diesem köstlichen Naß auf die heiße, durchglühte Erde fällt, müssen die Pflanzen ohne die Hilfe des Menschen verdursten. Mit viel Geld und Mühe muß dieser das Wasser herbeischaffen, indem er das Grundwasser heraufpumpt, um damit die Kulturen zu bewässern, damit sie am Leben bleiben können. Wer so um das notwendige Wasser kämpfen muß, lernt dieses labende, lebenerhaltende Naß in vollem Masse würdigen. Es ist ebenso notwendig wie die Luft, denn ohne diese können wir nicht atmen, und ohne Wasser können wir unser Dasein nicht fristen. Es ist ein wunderbares Hilfs- und Heilmittel. Vielleicht haben wir alle schon einmal über seinen wunderbaren Kreislauf nachgedacht. In heißen Zonen steigt es auf, verdunstet, ballt sich zu Wolken und kommt in Millionen von Tonnen dahergezogen, um sich über unseren Wiesen, Wäldern, Bergen und Ebenen zu entladen. Im Winter erstarrt es zu Eis und bedeckt als Schnee den Boden. In ewigem Wechsel erlahnt es die Erde und erhält die Pflanzen, Tiere und Menschen auf ihr am Leben.

### Seine Heilkraft

Das Wasser ist indes nicht nur allgemein lebenerhaltend, es ist zugleich auch ein ausgesprochenes Heilmittel. Je nach der Art der Mineralstoffe, die es in der Erde löst, verfügt es über Heilwerte, die manchmal, je nach den verschiedenen Kombinationen, Wunder wirken. Heilende Wasser sind überall auf der Erde zu finden. Es gibt Wasser, das beim Baden als außergewöhnlich weich empfunden wird. Es übermittelt eine eigenartig regenerierende Kraft, und wir fühlen uns dadurch erfrischt und neu belebt. Wenn man noch so müde in das Wasser steigt, kommt man doch wieder gestärkt heraus. Was verleiht diesem Wasser solche Vorteile? Sind es radioaktive Stoffe oder die dynamischen Kräfte der verschiedenen kombinierten Mineralstoffe? Was mag es sein?

Zu jeder Zeit in der Geschichte wurde das Wasser als Heilmittel erkannt und geschätzt. Greifen wir einmal etwas mehr als 1900 Jahre zurück, und wir können im Geiste die römischen Kaiser nach Montegrotto und Abano pilgern sehen, um dort ihre rheumatischen und arthritischen Leiden in den heilwirkenden Wassern mit ihrem radioaktiven Schlamm wieder los zu werden.

In allen Ländern Europas, in Amerika, in Japan, ja überall findet man heilwirkende Quellen, die seit Jahrhunderen, Jahrtausenden dem Kranken gedient haben. Dabei können auch die kalten Quellen ebenso heilwirkend sein wie die heißen. In unsren Bergen haben wir wunderbare Wasser, die teils bekannt, vielfach aber auch noch unbekannt sind. Wer hat nicht schon an heißen Juli- oder Augusttagen in einem Bergsee gebadet und ist dadurch eigenartig gestärkt worden? Vielfach hat man bei diesen Bergwässern das Gefühl, als ob sie Oel enthielten; man empfindet sie gewissmassen als weich. Dies ist so wegen den Mineralstoffen und zwar wegen den alkalischen Stoffen, die im Wasser gelöst sind. Es sind daher bestimmt noch viel unbekannte Heilwerte darin zu finden.

#### Wasseranwendungen

Immer mehr werden die verschiedenartigsten Wasseranwendungen geschätzt. So haben Prießnitz, Sebastian Kneipp und andere sogenannte «Wasserapostel» die thermischen Reize des Wassers erkannt, benutzt und zur Heilung empfohlen. Heiße und kalte Anwendungen, sogar im Wechsel, können Wunder wirken. Sie können den Kreislauf anregen, irgendwelche Stauungen beheben und dadurch Krankheiten verhindern. Dabei führt das Wasser das Blut wieder an die richtigen Stellen, und wo Blut ist, ist bekanntlich auch Ernährung, Stärkung, Kräftigung und Heilung. Wo hingegen das Blut nicht hinkommt, entwickeln sich Krankheiten und Leiden.

Leider erkennen viel zu wenig Menschen die Heilwirkung des Wassers. Sie sind deshalb nicht darauf bedacht, es auf irgend eine passende Art und Weise täglich anzuwenden. Eine heiße Dusche oder eine Wechseldusche, eine kalte Abwaschung oder ein Fußbad, Wasserstampfen oder Taulaufen, ein warmes oder kaltes Bad, irgend eine Wasseranwendung ist für jeden Menschen das Gegebene. Es muß dabei nur beachtet werden, daß jede Wasseranwendung dem Naturell, der Art, der körperlichen Konstitution und dem Gesundheitszustand des Einzelnen angepaßt werden muß.

Wer auf diesem Gebiet noch unerfahren ist, kann sich ruhig einmal an einen biologisch eingestellten Arzt, an einen Wasserspezialisten, einen Kneipparzt oder irgend einen Fachmann, der über genügend Erfahrungen verfügt, wenden, um mit ihm das Maßgebende und Notwendige zu besprechen und mit ihm die verschiedenen gebotenen Möglichkeiten der richtigen Wasseranwendungen erörtern.

Das Wasser ist eines der größten, besten und billigsten Heilmittel der Erde. Es ist keineswegs schwierig, die Wassertherapie in die tägliche Körperpflege einzuschalten. Man sollte irgend eine der Wasseranwendungen, die dem augenblicklichen Gesundheitszustand besonders dienlich und förderlich ist, täglich regelmäßig benutzen, denn nicht vergebens heißt das Sprichwort: «Steter Tropfen hölt den Stein». Ein chronisches Leiden kann mit einer milden, täglichen Wasseranwendung langsam aber stetig zum Verschwinden gebracht werden, während akute Erkrankungen durch entsprechende Wasserkuren gut und gründlich geheilt werden können.

#### Ist der Krebs heilbar?

Oft kommen Patienten in die Sprechstunde oder schicken uns ihren Urin ein mit der bangen Frage: «Ist es bei mir wohl Krebs?» Jede andere Diagnose ist ihnen willkommen, nur ja nicht Krebs. Es ist heute in der Laienwelt wohl die schlimmste Diagnose, obwohl es leider viele andere Krankheiten gibt, die einen noch schnelleren Tod des Patienten zur Folge haben können.

Die Anfangssymptome des Krebses zu schildern ist schwer, da er an den verschiedensten Stellen unter allen möglichen Erscheinungsbildern auftreten kann. Bekannt sind die schmerzlosen kleinen Knoten in den Brüsten der Frauen, die unregelmäßigen Blutungen, besonders auch die Zwischenblutungen aus der Scheide, ein unbestimm-

ter Druck mit einem Völlegefühl und einem faden Aufstoßen aus dem Magen, eine Gelbsucht, die durch kein Mittel recht heilen will, ein Abgang von Blut und Schleim aus dem Mastdarm, Geschwüre auf der Haut, die trotz guter Behandlung nicht recht heilen wollen, ein fortwährender Reizhusten mit blutigem Auswurf, ja, die Liste der Symptomenaufzählung ließe sich beliebig verlängern, denn es gibt wohl kaum ein Organ, wo nicht ein Krebs auftreten kann. Aber was gerade die Krankheit so unheimlich macht, es gibt dennoch kein Symptom, was wirklich für einen Krebs ganz typisch und kennzeichnend wäre. Nicht jeder, der an ähnlichen oben geschilderten Symptomen leidet, hat unbedingt einen Krebs. Relativ ganz harmlose Störungen können genau die gleichen Erscheinungen hervorrufen. Entscheidend für die Diagnose ist das Gesamtbild, sind viele Einzelsymptome, die zusammengetragen werden müssen und selbst die brauchen nicht etwa alle positiv zu sein, aber Erfahrung lehrt hier viel und ein guter Diagnostiker wird auch einen Krebs in seinen ersten Anfängen erkennen können.

Damit haben wir einen der wichtigsten Punkte, wenn nicht vielleicht den wichtigsten Punkt für die Heilung eines Krebses angeschnitten, denn der Krebs ist heilbar. Wichtig ist die Früherkennung. Wenn der ganze Körper mit Krebs übersät ist und überall schon Töchtergeschwülste (Metastasen) aufgetreten sind, dann kommt jede Behandlung zum Zwecke einer Heilung zu spät, dann erstreckt sich die Behandlung auf eine Linderung und ein Hinauszögern des Unabwendbaren. Aber uns interessiert in erster Linie die Heilung, und darum kann es nicht genug betont werden, keine unbestimmten Krankheitssymptome anstreben zu lassen. Wir können allzu leicht unsere Gesundheit verspielen und wenn wir den richtigen Zeitpunkt verpaßt haben, dann ist es sehr fraglich, ob noch geholfen werden kann, denn oft ist dann die Chance der Früherkennung und günstige Heilung eines Krebses verpaßt.

Leider gibt es noch kein absolutes Heilmittel gegen den Krebs in seinen verschiedensten Variationen. Schon oft hat dieser oder jener behauptet, das Mittel gegen den Krebs zu haben, und dann hat es sich doch als eine Täuschung herausgestellt. Meist werden von solchen Leuten Beispiele von Krebsheilungen angeführt, die gar keine echten Krebserkrankungen waren. Ich habe derartiges selbst schon erlebt, wo in einer Illustrirten Zeitschrift ein angebliches Krebsheilmittel mit Bildberichten besprochen wurde und wo wir dann unter den veröffentlichten «Fällen» Patienten wiedererkannten, von denen uns die Diagnose genau bekannt war. Es handelte sich hier um eosinophile Lungeninfiltrate und Lungenabszeße, aber nicht um Krebserkrankungen. Man muß sich also unbedingt vor Therapeuten hüten, die einem erst einen Krebs einreden und diesen dann angeblich heilen, in Wirklichkeit hat dies alles aber nichts mit einem Krebs zu tun. Die Gefahr liegt nämlich darin, daß unter Umständen tatsächlich einmal einem solchen Scharlatan eine echte Krebserkrankung unter die Hände kommt und dann wird die wertvolle Zeit einer richtigen verantwortungsbewußten Behandlung im Frühstadium verpaßt. Darum heißt es auf der Hut sein. Im allgemeinen wird der Krebs ja operiert. Das ist im Frühstadium sicher eine gute Methode. Auch wenn wir sonst als naturgemäß eingestellte Therapeuten mit einer Operation recht zurückhaltend sind, so ist es bei einer solchen Krankheit etwas anderes, hier empfehlen auch wir den Patienten in bestimmt gelagerten Fällen, eine Operation vornehmen zu lassen und so diesen Krebs herauszunehmen. Etwas anderes ist es nun mit der Röntgenbestrahlung. Die Röntgenstrahlen schädigen jede lebende Zelle, von Mensch und Tier, Bakterien und Pflanzen, alles wird durch die Röntgenstrahlen nach längerer Zeit abgetötet. Jedoch sind die einzelnen Zellen recht unterschiedlich empfindlich. Die Eierstöcke und das Hodengewebe sind z. B. sehr empfindlich. Darum kann man ja auch mit Röntgenstrahlen die Periode frühzeitig zum Erlöschen bringen. Wenn man einer Patientin