

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 12 (1955)  
**Heft:** 11

**Artikel:** Kalkeinnahme, eine vielseitige Hilfe  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-553185>

### **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:** 24.12.2025

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



zu empfehlen. Dies ist auch der Grund, weshalb die Einnahme von Linosan nicht nur wegen der guten Wirkung auf die Darmtätigkeit wichtig ist, sondern auch als wertvolle Oelnahrung. Vorzügliche Eiweiß- und Fettlieferanten sind auch die Erzeugnisse aus Sonnenblumenkernen und Mandeln, weshalb vor allem Nuxo-Produkte sehr empfehlenswert sind. Auch der leider noch viel zu wenig bekannte Sesamsamen darf bei der Aufzählung guter Eiweiß- und Fettlieferanten nicht vergessen werden. An Stelle ungesunder Süßigkeiten sollten die daraus hergestellten Helvaprodukte treten und in keinem Hause fehlen.

Auch Baumnüsse, die jetzt aus frischer Ernte erhältlich sind, dürften einen wesentlicheren Platz in unserer Ernährung einnehmen. Sie fördern sogar die Darmtätigkeit, unterstützen die Gehirnfunktionen und sind somit vor allem für geistig Arbeitende als eine wertvolle Nahrung zu bezeichnen.

Es ist heute mehr denn je nötig, daß wir unsere Nahrung gut auswählen, denn im heutigen Leben und Treiben ist es doppelt wichtig, unserem Körper das Beste zu geben. Gute, naturreine, also unveränderte Eiweiß- und Fett-nahrung ist in unsere Ernährung einzugliedern, denn sie ist uns, wie erklärt, unentbehrlich, weil äußerst wertvoll und natürlich. Das Gute, das wir an alten Erfahrungsgütern kennen, sollten wir nie geringschätzig und verächtlich behandeln und daher zur Seite schieben. Wir sollten uns noch heute seiner bedienen, wie wir anderseits auch das Neue, das uns Gutes darbietet dankbar dazu reihen sollten. Auf diese Weise werden wir den Anforderungen gesundheitlich besser gewachsen sein.

### Kalkeinnahme, eine vielseitige Hilfe

Wohl am besten können uns Zahnärzte davon überzeugen, daß Kalk ein unentbehrlicher Bestandteil unserer Ernährung sein sollte. Bekanntlich ist dem weißen Zucker der Kalk entzogen. Da dieser nun aber ohne Kalk von unserem Körper nicht aufgenommen und verarbeitet werden kann, wird er zum Kalkräuber an unserem Körper, indem er den zur Verarbeitung nötigen Kalk ganz einfach aus den Zähnen und Knochen zieht. Das ist der Grund, warum immer wieder so eindringlich vor Schleckzeug gewarnt wird, das aus weißem Zucker zubereitet ist. Wollen wir die entstandenen Schädigungen wieder ausgleichen, dann müssen wir einen biologischen Kalk einnehmen, denn nicht jeder beliebige Kalk kann von unserem Körper nutzbringend verarbeitet werden. Wenn dem so wäre, könnten wir ganz einfach nur Kalksteine mahlen und das gewonnene Kalkpulver einnehmen. Wer dies versuchen würde, wäre bestimmt über die Nutzlosigkeit seiner Bestrebungen schwer enttäuscht, denn er könnte das Jahr hindurch kiloweise davon einnehmen, ohne seinen Kalkmangel dadurch irgendwie beheben zu können. Es ist bei den Mineralien, ganz besonders auch beim Kalk, unbedingt notwendig, daß sie in einer assimilierbaren Form eingenommen werden. Diesem Erfordernis entspricht das Brennesselkalkpräparat Urticalcin, was mir erst kürzlich wieder ein Dr. med. Dentist aus der Ostschweiz bestätigte, da er es bei seinen Patienten genügend lang mit bestem Erfolg angewandt hatte. Auch einige Aerzte, die Urticalcinpulver zum Bestreuen von leichteren Wunden verwandten, um eine raschere Granulation zu erreichen, hatten erfreuliche Erfolge zu verzeichnen. Anfangs August dieses Jahres ging von Dr. U. aus H. folgende Nachricht ein: «Ich bitte Sie, mir wieder Brennesselkalk, also Urticalcin, für meine Kinder zu schicken. Ich weiß kein besseres Mittel als Abwehr gegen die Karies. Meine Zwillingstöchterchen sind bald 6 Jahre alt und ihr Gebiß ist noch fast intakt, obwohl sie immer wieder zu allen Zeiten gegen meinen Willen Schleckereien bekommen. Auch meiner Frau, die in 6 Jahren 5 Kinder gehabt hat, tut Ihr Kalk gut. Ihre «Gesund-

heits-Nachrichten» lese ich mit größtem Interesse und empfehle sie überall als Gesundheitsquelle. Ich möchte Ihnen wieder einmal auf diesem Wege danken.»

Solche Berichte sind erfreulich. Recht interessant ist dabei die Tatsache, daß im Urticalcin quantitativ verhältnismäßig wenig Kalk vorhanden ist, dafür ist er aber qualitativ hochwertig und deshalb auch leicht assimilierbar. Wer diesen vorwiegend aus Brennesseln gewonnenen Kalk längere Zeit einnimmt, wird beobachten, daß er den Kalkspiegel verhältnismäßig rasch auf die Höhe bringt. Welche Bedeutung dieser Vorzug für Zähne und Knochen besonders während dem Entwicklungsalter hat, wissen biologisch eingestellte Aerzte und Zahnärzte sehr wohl.

Die Kalktherapie ist auch sehr wichtig zur Erzielung einer besseren Immunität gegen Infektionskrankheiten. Vor allem ist sie bei der Pflege der Atmungsorgane zu beachten. Jedes Kind sollte selbst bei neuzeitlich guter Ernährung von Zeit zu Zeit ein gutes Kalkpräparat wie Urticalcin bekommen, da dadurch wirklich manche vorübergehende Schädigungen verhältnismäßig rasch und befriedigend behoben werden können. Dies bestätigt ein weiterer Bericht, den Frau S. aus W. am 17. August 1955 einsandte:

«Will Ihnen kurz Bericht geben über den Erfolg Ihrer Medikamente. Mußte anfangs Mai telefonisch um Rat fragen wegen unserem kleinen Mädchen. Es hatte ein furchtbares Angstgefühl, so daß es mitten im Schlaf aufwachte und dann nicht mehr einschlafen konnte. Sie sandten mir Avena sativa und Urticalcin. Das hat in kurzer Zeit fast Wunder gewirkt. Das Kind ist heute 13½ Monate alt und hat, seitdem es 2 Monate alt ist, mit kurzem Unterbruch Urticalcin eingenommen, mit großem Erfolg. Es ist kerngesund und ein munteres Kind.»

Solche Berichte sind die beste Bestätigung des Gesagten. Erfreulich ist auch, daß Urticalcin auch für unbemittelte Familien nicht unerschwinglich ist, denn 1000 Tabletten kommen nur auf Fr. 7.— zu stehen. Der Preis ist absichtlich so festgelegt, daß auch arme Kinder daraus Nutzen ziehen können. Die Kinder nehmen diese Tablettchen auch sehr gerne ein und sie verlangen solche aus einem inneren Bedürfnis heraus immer wieder, was aus verschiedenen Berichten von dankbaren Müttern hervorgeht.

## FRAGEN UND ANTWORTEN

### Einfache Milchschorf- und Ekzembehandlung

Sowohl Milchschorf als auch Ekzeme sind sehr unangenehme und meist recht langwierige Erkrankungen, die in der Regel nicht auf die richtige Weise und mit heilwirkenden, sondern häufig mit unterdrückenden, also symptomatisch wirkenden Mitteln behandelt werden. Zwei nachfolgende Fälle möchten den Beweis erbringen, daß bei richtigen Anwendungen und zweckdienlichen Mitteln diese beiden verwandten Krankheiten befriedigend geheilt werden können. Anfangs Mai dieses Jahres holte sich Herr M. aus W. Rat für seinen 11½ Monate alten Knaben ein, der seit seiner dritten Lebenswoche an Milchschorf litt. Eine Bekannte hatte ihn angeregt, mit der Naturheilkunde, von der sie ihm viel Erfreuliches erzählt hatte, einen Versuch vorzunehmen, denn alle früheren Anwendungen waren erfolglos geblieben, obwohl drei Aerzte zugezogen worden waren. Immer wieder kratzte sich der Kleine blutig, wenn ihm die Händchen nicht angebunden wurden. Die Mutter konnte den Kleinen 10 Monate lang stillen und der Vater schreibt:

«Es war ein Glück, daß meine Frau so lange stillen konnte, denn alle andern Arten Milch erbricht das Kind. Das einzige, was es jetzt gerade neustens erträgt, ist Mandelmilch mit Fruchtsaft. An Gewicht nimmt der Knabe seit etwa 3 Monaten fast nichts mehr zu. Zu essen bekommt er jetzt morgens Mandelmilch mit Fruchtsaft, mittags Kartoffeln und Rüebli-brei, nachmittags eine Banane, ein oder zwei Äpfel und etwas Zwiebackmehl zerstoßen, abends Kartoffeln mit Spinat. Mit Ausnahme von Bananen und Äpfeln zeigt er für alles andere sehr wenig Eßlust. Nun ist noch zu sagen, daß er bei alledem sehr schlecht und wenig schläft. Jede Nacht weint er 1—2 Stunden. Tagsüber schläft er, wenn es gut geht 2—3 Stunden. Er hat viel zu leiden, und ich glaube, wenn einmal der Schorf beseitigt wäre, käme auch alles andere besser.»

Diese Annahme stimmte denn auch wirklich, denn anfangs September traf folgender Bericht ein: