

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 16 (1959)  
**Heft:** 6

**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:** 02.04.2026

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

steht auf den Mauern der Inkazeit. Gegen Westen hin besitzt er sogar noch eine vollständige Inkamauer.

In der Nähe von Cuzco findet jeder Fremde weitere Ruinen vor, die er gemächlich mit dem Auto erreichen kann, denn nicht jeder kann sich in dieser Höhe aufs Laufen verlegen. Oft hat er besonders am Morgen gegen eine leichte Uebelkeit zu kämpfen und ein eigenartiger Druck in den Schläfen beunruhigt ihn, denn man darf nicht vergessen, daß wir uns hier in der Höhe vom Jungfrauoch befinden, ja sogar bis zur Höhe der Jungfrau Spitze gelangen. In den Tropen ist diese Höhenwirkung nicht genau gleich wie bei uns in der Schweiz. Wenn wir daher in den interessanten Ruinen von Cuzcos Umgebung herumklettern vergessen wir diese Umstände nicht. Erneut sehen wir uns wie in Machu Picchu in alte Zeiten zurückversetzt, denn wenn wir das Glück haben, dann begegnen wir inmitten der Ruinen den üblichen Lamaherden mit ihren Hirten, die sich in ihren alten Inkatrachten malerisch in die Umgebung einfügen. Gesunde, wetterverbrannte Gesichter locken unsere Kamera hervor. Schade, daß wir nicht auch die Töne festhalten können, die die braunen Jungens ihren Flöten entlocken.

Auch an den Markttagen kann sich der Reisende befriedigende Schnappschüsse holen, denn da versammeln sich Männer, Frauen und Kinder. Sie alle lieben diese Tage, an denen die Marktpflichten erledigt werden müssen, denn der Indianer handelt gerne. Er hat Freude an seinen Erzeugnissen und sucht sie möglichst günstig an den Mann zu bringen. Recht geschäftig sind auch die Frauen, die ihre Säuglinge, oft auch ihre Kleinkinder auf den Rücken gepackt, herumtragen. Auch wenn sie am Boden vor ihren Waren sitzen, schlafen ihre Kleinsten indes in einen wollenen Schal eingewickelt wohlverwahrt auf dem Rücken der Mutter, die inzwischen ihre Waren feilbietet oder mit ihrer Nachbarin, mit ihren Bekannten und Verwandten eine lebhaftere Unterhaltung pflegt. Ja, solch ein Marktbild ist malerisch bewegt, denn auch die Männer sind bunt und eigenartig gekleidet.

Fortsetzung und Schluß folgen.

## FRAGEN UND ANTWORTEN

### Störungen durch hohen Blutdruck

Frau W. aus L. berichtete Mitte Februar über Störungen infolge eines hohen Blutdruckes von 210. Der Arzt verordnete Tabletten, die ihr aber im Darm nicht gut taten. Die Patientin schrieb unter anderem:

*«Seither ist es mir viel Sturm und habe viel Kopfschmerzen und ein Dröhnen in den Ohren. Nachts schwellen mir die Finger so an, daß ich den Ring nicht mehr drehen kann. Zwei Finger sind manchmal bis ins Gelenk ganz weiß und manchmal ganz blau. Das wird eine ganz schlechte Blutzirkulation sein. — Nun will ich mit meinem Jammern aufhören. Das Alter ist halt mit 73 Jahren da, und da kommen eben die Beschwerden. Die Mittel, die ich bis jetzt von Ihnen gehabt habe, haben mir für die Gedärme sehr gut getan. Ich hoffe, Sie können mir für alles noch ein wenig helfen, wenn es noch sein sollte.»*

Um die Kreislaufverhältnisse in Ordnung zu bringen, sandten wir der Patientin die blutdrucksenkenden Mittel Arterio-Komplex, Viscatropfen, Hyperisan und Bärlauchwein. Die Zirkulation in den Fingern wurde durch Handbäder und trockene Bürstenabreibungen angeordnet. Gleichzeitig war durch einen leichten Nierentee auch auf die Nieren einzuwirken. Ferner wurde eine Naturreidsdiät mit rohen Salaten empfohlen, wenn möglich mit der Dauer von 6 Tagen. An Stelle von Essig mußte Zitrone treten. Täglich waren auch noch Tiefatmungsübungen durchzuführen. — Einen Monat später berichtete die Patientin:

*«Teile Ihnen mit, daß mir Ihre Mittel sehr gut getan haben. Seither habe ich keine blauen Finger mehr bekommen und kann sie wieder gut bewegen. Ich möchte Ihnen für Ihre Hilfe recht herzlich danken. Es ist schon wunderbar, wenn man im Alter von 73 Jahren noch solchen Erfolg zu verzeichnen hat! Noch einmal recht herzlichen Dank für Ihre freundliche Hilfe.»*

Auch uns freut der Erfolg, aber wir haben ihn auch in hohem Alter schon oft erleben dürfen, denn die geeigneten Naturmittel helfen nun einmal, ob wir jung oder alt sind, wenn irgend es möglich ist. Oft haben die älteren Leute noch eine viel bessere Grundlage mit auf den Lebensweg bekommen, denn sie erlebten die Kindheit und Jugendzeit noch ohne Kriegsjahre, auch waren damals die Lebensverhältnisse einfacher und gesünder als heute.

Aber immerhin, es ist bestimmt begreiflich, daß man im Alter einen Erfolg und entsprechende Linderung doppelt angenehm und dankbar empfindet.

### Ein Blasenleiden verschwindet

Frau T. aus N. gelangte anfangs des Jahres an uns infolge eines Blasenleidens, das sie uns schilderte unter gleichzeitiger Einsendung des Urins mit der Frage und Bitte:

*«Könnten Sie mir baldmöglichst mitteilen, was für ein Leiden es ist, das mich plagt und mir die nötigen Mittel senden?»*

Die Urinuntersuchung bestätigte eine Blasenreizung und mangelhafte Nierenfunktion. Es wurden infolgedessen Nierentee und die Nierentropfen Nephrosolid, ferner Echinaforce, Blasen tropfen, Lachesis D12 und Usneasan verordnet. Von Petasan war 3mal täglich 1 Tropfen einzunehmen. Als physikalische Anwendungen waren Sitzbäder mit Zinnkrauttee durchzuführen und über die Nacht Lehmwickel auf die Blase zu erfolgen. Als Ernährung wurde angeordnet viel Rohsalate, Vollkornprodukte, vor allem Naturreis und Hirse. Zu meiden waren scharfe Gewürze, tierisches Eiweiß und kältende Getränke. — Nach ungefähr 2 Monaten ging folgender Bericht ein:

*«Ich möchte nicht unterlassen, Ihnen recht herzlich zu danken für die guten Mittel, die Sie mir gegen das Blasenleiden schickten. Es ist nämlich vollständig verschwunden. Wie bin ich froh, von diesem Uebel wieder gänzlich frei zu sein! Auch die Schlafwohltropfen sind sehr gut. Ich werde Sie auch meinen Bekannten empfehlen.»*

Wenn man bedenkt, daß diese Patientin bereits 66 Jahre alt ist, dann begreift man die herzliche Dankbarkeit über den Erfolg, der ein Beweis ist, daß Naturmittel, natürliche Anwendungen und entsprechende Ernährung im Krankheitsfalle eben die richtige Wahl sind.

### Heilung von Abszessen

Frau K. aus Z. berichtete uns über das Ergehen ihrer Tochter, wie folgt:

*«Sende anbei den Urin zum Untersuch. Meine Tochter, 20 Jahre alt, hatte inmert einem Monat 3 Abszesse an der Stirn. Das Auge und alles rings herum wurde stark geschwollen. Der Arzt, den sie aufsuchen mußte, sagte, das sei ein Virus, und es sei schwierig, diesen abtöten zu können. Möchte Sie bitten, Mittel zu senden. Ich bin überzeugt, daß Sie helfen können.»*

Die Urinanalyse ließ auf eine mangelhafte Verdauungsfunktion schließen, wodurch als Rückwirkung eine Schwächung der Abwehrkräfte entstand, was den entzündlichen Prozessen Vorschub zu leisten vermochte. Zur Normalisierung der Darmfunktion wurden Biocarbosan und Acidophilus eingesetzt. Ferner war eine Kostumstellung erforderlich unter Meidung scharfer Gewürze und unter Verminderung von Kochsalz und tierischem Eiweiß. Statt dessen wurde eine Rohkostkur mit Rohgemüse oder aber abwechslungsweise mit Früchten empfohlen. Ferner war auf Vollkornprodukte und auch anderweitig auf völlig naturreine Nahrung zu achten. Als entgiftende Mittel wurden eingesetzt: Echinaforce, Lachesis D12 und Hepar sulf D10 und des weitern noch Petasan. Die Nieren mußten durch einen Nierentee angeregt werden, ebenso war darauf zu achten, durch Leinsamen, Flohsamen, eingeweichte Feigen oder Zwetschgen jegliches Auftreten einer Verstopfung zu vermeiden. — Einige Monate später sandte die Mutter über das Ergehen einen kurzen, aber erfreulichen Bericht ein: *«Wir haben Ihre Mittel erhalten, welche ausgezeichnet halfen. Meine Tochter hat weiter keine Furunkulose mehr bekommen. Sie ist glücklich darüber und kann sich nicht dankbar genug aussprechen, besonders, weil der Arzt ihr sagte, daß diese immer wieder zurückkommen würden.»*

Der Erfolg ist natürlich nicht nur den Mitteln sondern zugleich auch der Gesamtbeeinflussung der Organe zu verdanken. Wenn Darm und Nieren richtig arbeiten und alles Belastende gemieden wird, dann vermögen auch die spezifischen Mittel richtig einzusetzen. Es ist also logisch, daß alles Hand in Hand gehen muß, um im Körper die Ordnung wieder herzustellen.

## AUS DEM LESERKREIS

### Spitzwegerich hilft bei Mittelohrentzündung

Frau K. aus W. berichtete uns Mitte März über die erfolgreiche Anwendung von Plantago, also Spitzwegerich, wie folgt:

*«Unser ältester Bub, achtjährig, neigte früher immer sehr stark zu Mittelohrentzündungen. Wie ich aber aus Ihrem Buch «Der kleine Doktor» Ihr gutes Plantago fand und mit ihm Bekanntschaft machte, hat die Sache eine wunderbare Wendung genommen. Letzten Winter gab ich ihm die Tropfen eine zeitlang innerlich und sofort, wenn er Ohrenschmerzen bekam, 1 Tropfen täglich ins Ohr und zudem einen gehackten Zwiebelwickel in den Nacken. Nun denken Sie, erleben wir sogar vergangenen Winter ohne irgend einen Ohrenschmerz, so daß ich das Plantagofläschchen nie mehr zur Hand nehmen mußte. Ein deutlicher Beweis dafür, daß dieses schwache Organ ausgeheilt und erstarkt ist.»*

Es ist dies auch ein Grund mehr, sich, wie im Kräuterartikel dieses Monats angeregt, Spitzwegerich einzusammeln oder sich wenigstens zu merken, daß er bei Ohrenschmerzen hilfreiche Dienste leistet und im Notfall auch als Frischpflanzenpräparat unter dem lateinischen Namen Plantago erhältlich ist.

### Wie «Schlankosan» wirkt

Frau H. aus E. schrieb am 3. April dieses Jahres:

«Möchte Ihnen für das «Schlankosan» recht herzlich danken. Hätte schon lange gerne etwas unternommen, um ein wenig schlanker zu werden, aber vor chemischen Mitteln hatte ich Angst. Tabletten ertrage ich überhaupt nicht. Davon fängt mein Herz sehr fest zu schlagen an. War deswegen schon bei zwei Ärzten. Beide sagen, das Herz sei gesund. Da las ich in Ihrer Zeitung von dem «Schlankosan» und bestellte dann davon. Vorher war ich 95 kg und jetzt noch 90 kg. So wohl war mir schon lange nicht mehr. Das Arbeiten geht viel leichter und die Schmerzen in den Knien sind auch weg. Ich war einfach viel zu schwer, habe aber auch jetzt noch zu viel Speck, der noch weg sollte. Mit dem Essen nehme ich mich in acht. Süßes vermeide ich schon lange. Bei mir schlägt das klare Wasser noch an. Mein Vater sagt, das sei vererbt bei mir. — Wie es nun so geht, wenn man schlanker wird, dann fragen feste Frauen, was geholfen habe? Nun möchten noch drei Frauen das «Schlankosan» ausprobieren.»

Dies ist kein Einzelfall, denn schon im Februar berichtete Fr. H. aus T.:

«Möchte Sie bitten, mir umgehend wieder eine Dosis «Schlankosan» zu senden. Gleichzeitig möchte ich Ihnen ganz besonders für dieses Mittel meinen herzlichsten Dank aussprechen. Ich habe es kaum fassen können, daß es wirklich etwas gibt, das in diesem Falle hält, was es verspricht. Vorher hatte ich nämlich mindestens  $\frac{1}{4}$  Abmagerungsmittel, die zudem noch viel teurer waren. Aber ich konnte dabei nicht die geringste Spur von Erfolg wahrnehmen, denn ich habe dadurch nicht 1 Gramm abgenommen! Nun habe ich von dem «Schlankosan»  $\frac{1}{2}$  eingenommen und siehe da, bereits eine Gewichtsabnahme von  $2\frac{1}{2}$  kg! — Und dabei fühlt man sich so wohl, einfach unglaublich! Ich danke Ihnen aus übervollem Herzen.»

Es freut auch uns, daß «Schlankosan» hält, was es verspricht. Es ist dies aber nicht so unglaublich, denn wer den Artikel: «Schlanksein, eine Wohlfahrt» in der Mainummer prüfend durchliest, wird den Erfolg begreifen können.

### Literarisches

C. Fauser: NICHT HERZKRANK BLEIBEN! 3. Auflage. 100 S., Fr. 4.—, Verlag Volksgesundheit, Zürich 2/39.

Die Verhütung und Heilung von Herz- und Gefäßkrankheiten ist ein besonders dringendes Anliegen der Volksgesundheit, denn die Todesfälle zufolge Herz/Kreislaufstörungen stehen in der Statistik an erster Stelle. Dieses Buch ist ein Hoffnungsstrahl für Kranke dieser Art. Sein besonderer Wert liegt darin, daß es dem Leidenden sagt, was der vielbeschäftigte Arzt selten kann: was man tun und nicht tun oder richtig tun soll. Ein Blumenstrauß von guten und erprobten Ratschlägen für den Alltag von der Küche (Diät) bis zum Waschtuch (Körperpflege). Also wie man den «Motor» schont und doch nicht rosten läßt, wie man sich selber wieder in die Hand bekommt und auf einmal entdeckt, daß es besser geht, als man erwartete. Es lohnt sich wirklich, etwas mehr zu tun für sein Herz! Kein Wunder, daß schon die 3. Auflage dieser Schrift vorliegt.

### Zur Beachtung

Umstande halber stehen im Kinderheim Vogel noch zwei Plätze in Reserve. Sollte eine Absage erfolgen, dann werden sie frei, so daß sie für Interessenten alsdann zur Verfügung stehen.

Kinderheim Vogel, Brail

Für die Redaktion: Dr. h. c. A. Vogel, Teufen / AR

### Zu verkaufen

von alleinstehender Dame:  
1 Mixer, Rohkostmaschine und für rohe Gemüsesäfte, 1 Gemüse-dämpfer (aus Pyrexglas), 3 Bände Meng., «Das ärztliche Volksbuch», reich illustriert, alles wie neu, zu  $\frac{1}{2}$  des Ankaufspreises.  
Zuschriften erbeten unter Chiffre GN 659 an die Buchdruckerei dieses Blattes in Villmergen.

### GESUCHT

#### Frau oder Tochter

zur Führung eines frauenlosen, einfachen ländlichen Haushalts (keine Landwirtschaft) zu zwei Personen. Leichte Stelle, gesunde Kost, biologisch geführter Garten. Bitte Offerten mit Lohnanspruch an Hans Häubi, Ringwil-Hinwil ZH.

Welches gesunde, arbeitsfreudige

#### Mädchen

sucht eine befriedigende Stelle zur Betreuung von Haushalt und Küche? — Geregelte Arbeitszeit, gut bezahlter Posten.

Offerten zu richten unter Chiffre 660 an den Verlag der «Gesundheits-Nachrichten» A. Vogel, Teufen (App.).

#### Wer meldet sich?

Auf anfangs 1960 wird tüchtige

#### Gärtnerin

oder auch unternehmungsfreudige Bauerntochter gesucht, die unser biologisches Gemüse- und Heilkräutergarten volles Verständnis und gewissenhafte Pflege angeeignet lässt.

## Der kleine Doktor

Das Buch von Dr. h. c. A. Vogel, 6. Auflage

Es ist ein natürlicher Berater für jede Familie, wenn folgende Fragen zu lösen sind:

1. Wie helfen wir uns in Krankheitsfällen einfach und billig?
2. Welche Mittel und Anwendungen stehen in unserem Hause zur raschen Hilfe zur Verfügung?
3. Was erreichen wir durch natürliche Heilfaktoren, durch Diät, Saftdiät, Fasten Pflanzentherapie, Frischkräuterauflagen, Atemgymnastik, Wasseranwendungen und dergl. mehr?
4. Wie helfen wir uns bei: Kreislaufstörungen, Krampf- adern, Blutdruckerhöhung, Rheuma, Gicht, Magen- und Darmleiden, Verstopfung, Durchfall, Krebs, Zuckerkrankheit, Leber- und Nierenleiden, Fettsucht und anderem mehr?
5. Welche zuverlässigen, natürlichen Hilfsmittel gegen diese Leiden rät uns «Der kleine Doktor» an?
6. Er gibt uns gerne Auskunft. Seine Ratschläge sind einfach und leicht verständlich und für jeden durchführbar.

Dieses wertvolle, in Reinleinen gebundene Buch kostet mit seinen 487 Seiten Fr. 14.50

In den letzten Jahren wurden über 20 000 Bücher in der Schweiz verkauft. Auch in englischer Sprache erhältlich.

BIOFORCE-Verlag Teufen AR

## Aktuelle Gesundheits-Literatur

1. Kochsalz schädigt Ihre Gesundheit. Von Dr. A. Waerland. Unerlässlich für Herz-, Nieren- und Hautleidende, bei Stoffwechselstörungen Fr. 4.50
2. Vorgeburtliche Erziehung. Von Dr. N. Müller. Ein wertvoller Helfer für Braut- und Eheleute zum Segen der Nachkommen, zur Dauerfreude der Eltern an ihren Kindern! Fr. 4.50
3. Alltägliche Kreislaufstörungen mit Abbildungen. Von Dr. H. Wüscher. 3. Auflage. Fr. 4.50
4. Menschen über vierzig und das Problem der Langlebigkeit. Fr. 4.20
5. Die Ernährung des Kleinkindes. Von Dr. h. c. A. Vogel, mit Ratschlägen für Diät und Hygiene der werdenden Mutter. Fr. 4.80
6. Heilung durch Fasten und Rohsäfte. Von Dr. Eugen Heun, mit Diätplan. Fr. 5.50
7. Gemüse-, Obst- und Kräutersäfte. Von C. Fauser. Fr. 4.—
8. Stoffwechselerkrankungen. Fettsucht, Zuckerkrankheit, Rheuma, Gicht, Ischias usw. Fr. 3.50
9. Bessere Verdauungsorgane. Teil I und II, je 120 Seiten. Sammlung neuesten Wissens über deren biolog. Behandlung Fr. 3.50, beide Teile gleichzeitig Fr. 5.50
10. Nicht herzkrank bleiben! Von C. Fauser. 3. Auflage. Praktische Winke und erprobte Hilfsmittel Fr. 4.—
11. Nervenkraft — Gesundheit — Leistungsfähigkeit durch vereinfachte Vollernährung! Fr. 3.70
12. Der Stalldünger in seiner grossen Bedeutung für die Bodenkraft und seine noch bessere Anwendung. Von Dipl.-Ing. G. Bayer Fr. 2.50
13. Neue Erkenntnisse der Naturheilbehandlung aus 50jähriger Praxis. Von Dr. med. A. Rosendorff (Wien). Gebunden Fr. 6.60
14. Kräuterheilkunde. Von C. Fauser. Band 1 und 2 zusammen (100 Bilder) Fr. 5.50
15. Joghurt, 75 köstliche Joghurt- und Joghurtquark-Rezepte Fr. 2.50
16. Gesundheit durch sinnvolle Ernährung und Diät. Von Dr. H. Anemüller, mit viel farbigen Illustrationen! 19.60
17. Nahrung und Gesundheit (Jahrbuch 1959), mit Beitrag von Dr. H. Anemüller Fr. 4.—

BÜCHERSTUBE VOLKSGESUNDHEIT

Bleicherweg 7, Zürich 2