

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

**Herausgeber:** A. Vogel

**Band:** 18 (1961)

**Heft:** 2

**Rubrik:** Berichte 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:** 25.02.2026

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

derholen. Frau W. hatte nun gehört, daß man schon im Februar damit beginnen müsse, weshalb wir ihr die entsprechenden Mittel und Anweisungen zukommen ließen.

Vor jeder Mahlzeit war 1 Messerspitze voll Urticalcin-Pulver einzunehmen. Ebenso waren Galeopsis und Usneasan regelmäßig anzuwenden. Das Innere der Nase war jeden zweiten Tag mit Creme-Bioforce einzustreichen und zweimal wöchentlich Urticalcinpulver in die Nase hinaufzuschnupfen. Sobald im Frühling die Anfallzeit in Erscheinung trat, war jedoch beides täglich durchzuführen.

Als Hauptvorbeugungskur hatten noch homöopathische Einspritzungen zu erfolgen, und zwar alle 4—5 Tage in nachstehender Reihenfolge: Formisoton D 6, Rufébran D 8, Formisoton D 12, Veratrum alb. D 4 und Lachesis D 12. Diese Anwendung mußte zweimal in der gleichen Reihenfolge durchgeführt werden. Damit ließ es jedoch Frau W. nicht bewenden,

denn sie wiederholte für ihren Mann die gesamte Heufieberkur noch ein zweites Mal. Dies hatte einen solch guten Erfolg zu verzeichnen, daß der Patient die Kur im darauf folgenden Jahr erneut durchzuführen wünschte, denn sie war, laut eingegangenem Schreiben, sehr gut gewesen.

Es ist erfreulich, daß eine solch unliebsame Angelegenheit, wie es der Heuschnupfen nun einmal ist, erfolgreich bekämpft werden kann, wenn man mit der erwähnten Kur frühzeitig genug beginnt. Muß auch die vorbeugende Kur im nachfolgenden Jahr wiederholt werden, nimmt der Patient dies doch lieber in Kauf, als erneut unter den Beschwerden leiden zu müssen. Es besteht jedoch Aussicht auf eine völlige Heilung, wenn man die Kur jeweils im Februar einige Jahre hindurch gewissenhaft durchführt, denn die Anfälligkeit wird immer schwächer und schwächer, bis sie schließlich ganz verschwindet.

## BERICHTE AUS DEM LESERKREIS

### Behebung von Verstopfung

Frau St. aus J. schrieb uns Ende letzten Jahres:

«Im November 1959 habe ich Ihnen geschrieben wegen meiner Verstopfung. Ich habe von Ihnen die Rasayana-Kur und Linosan erhalten. Diese Mittel habe ich bis im März eingenommen. Es waren Wundermittel. Ich bin von der Verstopfung geheilt.»

Bekanntlich ist die Rasayana-Kur eine Säfterneuerungskur, die die Tätigkeit des Darms, der Leber und Galle, wie auch der Niere erfolgreich und heilsam zu regeln vermag. Es ist daher kein Wunder, wenn auch eine Verstopfung dadurch geheilt werden kann, besonders, wenn der Darm noch die notwendige Unterstützung mittels des vorzüglichen Leinsamenpräparates Linosan erhält.

### Verbesserung des Schlafes

Im vergangenen Jahr schrieb uns Familie L. aus M. über die Wirkung der Neuroforce-Tabletten bei schlechtem Schlaf, wie folgt:

«Schon längst sind wir Ihnen einen Brief und unseren Dank schuldig. Sie haben uns Ihre Neuroforce-Tabletten gesandt, und wir sind sehr damit zufrieden. Unsere Schwester, die nun schon seit Jahren einen sehr schlechten Schlaf hat, spürt durch Ihre Tabletten einen merklichen Erfolg.»

Da sich ein Schlafmanko im Alltag sehr unangenehm auswirken kann, begrüßt es be-

stimmt jeder, wenn er sich durch ein heilsames Mittel davon befreien kann. Auch während der Nacht ist es eine Wohltat, wenn man nicht zu einem narkotischen Mittel greifen muß, um den notwendigen Schlaf zu finden, sondern zu einem, das die vorliegenden Störungen ohne Schädigung zu beheben und zu heilen vermag. Die gute Wirkung von Neuroforce ist darauf zurückzuführen, daß es die Nährstoffe enthält, die die Nerven benötigen.

### Günstige Beeinflussung chronischer Schlaflosigkeit

Aus unserem Freundeskreis erhalten wir einen weitern Hinweis, wie selbst bei chronischer Schlaflosigkeit durch entsprechende Mittel Hilfe erwirkt werden kann. Frl. H. aus S. schrieb uns:

«Mir sind leider die Kelpoforce-Tabletten ausgegangen. Sie helfen mir über meine chronische Schlaflosigkeit hinweg, wenn ich nur wenige nehme und vielleicht auch über mein zunehmendes Körpergewicht.»

Die Patientin leidet an unzureichender Tätigkeit der Schilddrüse, weshalb es sehr verständlich ist, daß Kelpoforce-tabletten, die eine gewisse Regelung ermöglichen, auch günstig gegen die Schlaflosigkeit einzuwirken vermögen. Gleichzeitig können sie natürlich auch das zunehmende Körpergewicht wieder regeln helfen, da auch dieses auf die Drüsenstörung zurückgeführt werden kann.

## Ein Echo des Rauchproblems

Von Herrn S. aus G. ging anfangs Dezember letzten Jahres folgendes Schreiben bei uns ein:

«In Ihrer Monatsschrift «Gesundheits-Nachrichten», die wir seit einigen Jahren abonniert haben und immer mit viel Interesse lesen, finden wir in No. 12 einen Artikel, das unerfreuliche Rauchen betreffend. Darf ich so frei sein und Ihnen einiges mitteilen, was wir in dieser Sache schon erlebt haben?

Wir sind ein pensioniertes Ehepaar, beide in den 70ger-Jahren. Beide sind wir herzleidend und meine Frau noch leberleidend. Umsomehr ist man empfindlich gegen das lästige Rauchen. Seit 1954 wohnen wir bei unserer Tochter. Zwischen Guggisberg und Schwarzenburg verkehrt das Postauto. In diesen Kurswagen wird fast regelmäßig geraucht, was sehr unangenehm und rücksichtslos ist gegenüber jenen, die den Rauch nicht vertragen. Außer den Privatautos ist es zudem die einzige Fahrgelegenheit für Kranke, die in Schwarzenburg den Arzt konsultieren oder in Spitalpflege kommen, wie auch für Kinder, die in Schwarzenburg die Sekundarschule besuchen.

Obschon in jedem Kurswagen deutlich zu lesen ist: «Bitte, nicht rauchen!» oder «Rauchen verboten», gibt es gleichwohl immer wieder solche, die das Rauchen nicht lassen können. Im kommenden Februar sind es bereits vier Jahre, seit ich mich schriftlich an den Automobilien PTT in Bern gewendet habe, und man versicherte mir dort, daß diese Raucherei aufhören müsse, man werde sofort das Nötige veranlassen. Leider ist aber noch keine wesentliche Besserung festzustellen, denn fast jedes Mal, wenn wir das Kursauto benützen, hat man Unannehmlichkeiten wegen dem lästigen Rauchen.

Es muß aber auch noch erwähnt werden, daß die Wagenführer an diesem Zustand eine große Schuld tragen, da diese in der Freizeit in den Kurswagen rauchen. So stinkt es dann beständig davon, auch erlaubt sich dadurch jeder das Rauchen. Wir haben uns an vielen Orten erkundigt, aber nirgends wird so geraucht in den Autos wie hier.

Gleichzeitig möchten wir noch erwähnen, daß wir uns schon oft aufgehalten haben, wenn in Bern in den Diätrestaurants sogar während dem Essen geraucht wird. Das sollte auch nicht geduldet werden. Verzeihen Sie, wenn ich Ihnen diese Zustände geschildert habe, aber ich konnte nicht anders auf Ihren Artikel hin.»

Sicher ist es sehr lästig, wenn sich die Raucher den deutlichen Vorschriften nicht unterziehen wollen. Die Abhängigkeit des Rauchens

geht eben so weit, daß der versklavte Raucher in seiner unbezwingbaren Leidenschaft meint, sich nicht beherrschen zu können. Eine Rücksichtnahme gegenüber seinen Mitmenschen anerkennt er in solchem Falle kaum mehr, sondern folgt blindlings der Macht der Gewohnheit, die ihn gedankenlos werden läßt. Oft ist es aber auch ein gewisses Gelangweilsein, das gewohnheitsmäßig zum Rauchen veranlaßt. Mit einer gewissen Höflichkeit hat man durch einen entsprechenden Hinweis in solchem Falle meist Erfolg. Es wäre schon besser, wenn man an behördlicher Stelle jeweils so lange vorstellig würde, bis die Vorschriften gebührend beachtet werden.

## Ueberheizte Räume

Auch Frau S. aus B. weiß uns auf einen weiteren Mißstand hinzuweisen, denn sie besuchte an einem sommerlich warmen Septembertag das erste Abonnementskonzert. Da in dem vollbesetzten, großen Saal eine unsinnige Hitze herrschte, wirkte sich dies äußerst störend auf den dargebotenen Musikgenuß aus. Dieser Mißstand war jedoch schon im vorhergehenden Winter zu beanstanden, da jeweils in sämtlichen Sälen eine Temperatur von 22 bis 26 Grad festzustellen war. Da auch Büros und Verkaufsräume davon betroffen sind, stellt sich Frau S. nun die Frage: «Müssen wir uns gewaltsam an diese übertriebenen Temperaturen gewöhnen, um sie mit der Zeit als selbstverständlich und nötig zu empfinden? Wäre es nicht besser, wenn sich Wärmebedürftige einfach wärmer anziehen würden? Auf die Dauer ist der erwähnte Umstand für unsere Gesundheit gewiß sehr schädlich. Während des Krieges hatten wir trotz mangelhafter Heizung viel weniger unter Erkältungskrankheiten zu leiden. Es werden sonst doch viele vernünftige Maßnahmen getroffen zur Erhaltung und Besserung der Volksgesundheit, aber an dieses, gewiß in jeder Hinsicht unsinnige Uebel, scheint niemand zu denken, und doch wäre es höchste Zeit, da energisch einzutreten.»

Wenn all jene, die rasch frieren, sich genügend warm anziehen würden, wäre jedenfalls das Problem der Ueberheizung bereits schon gelöst. Dann blieben aber auch die dünnen Strümpfe, die mangelhaften Schuhe, kurzum, die ganze sommerliche Bekleidung den Winter hindurch verpönt. Einerseits zieht sich die Frauenwelt aus Eitelkeit zu dünn an, was das Bedürfnis und die Notwendigkeit nach Ueberheizung hervorruft, anderseits veranlaßt diese wiederum die sommerliche Bekleidungsart. Früher, als man noch keine Heizungsmöglichkeiten besaß wie heute, zog man sich von selbst während der kalten Winterszeit vernunftgemäßer an. Der erwähnte Mißstand gehört somit auch wieder unter die gepriesene Kategorie neuzeitlicher Entwicklung.