

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 18 (1961)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Strahlen  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-552184>

### **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>**

leicht durch Verdünnen bekömmlicher gestaltet oder daß man ganz einfach zur Mandelmilch übergeht. Zur Zubereitung einer Mandelmilch verwenden wir vorteilhaft das Nuxo-Mandelpürée. Man kann auch dann und wann eine Mandelfruchtmilch herstellen, da auch diese sehr gut ist. Vorzüglich ist auch eine gute Gemüsesuppe. Als Grundlage dazu ist vor allem der Naturreis zu empfehlen, da er für den Ekzemkranken wohl die günstigste Wirkung besitzt. Auch Gerste ist gut, und dann an dritter Stelle der Weizen. Dieser Schleimgrundlage fügt man alsdann noch Rohgemüsesäfte oder auch nur ganz fein geriebene Rohgemüse bei. Selbst rohe Kohlarten dürfen zugezogen werden, während sie in gekochtem Zustand auf keinen Fall in Frage kommen. Äußerst günstig sind auch rohe Karotten. Fleisch ist hauptsächlich für Kinder nicht vorteilhaft. Es ist auch keineswegs nötig. Da Ekzemkranke besonders auf Eiweißarten empfindlich sind, sollte man unbedingt darauf achten, das Hühnereiweiß, also gekochte Eier gänzlich wegzulassen, da sie darauf oft allergisch ansprechen. Es ist daher angebracht auf das Milcheiweiß überzugehen, und zwar in Form von saurer Milch, Joghurt und Quark. Hingegen sollten sämtliche Käsearten weggelassen werden, da sie dem Ekzemkranken nicht bekömmlich sind. Ausnahmsweise kann Weißkäse in kleinen Mengen, besonders wenn er jung ist, noch geduldet werden.

#### **Geeignete Heilmittel**

Wichtig ist bei allen Ekzemen ein gutes Lebermittel wie Chelicynara oder ein Artischockenpräparat. Auch ein gutes Nieren-

mittel ist zu wählen. Nephrosolid oder ein ähnliches Mittel eignet sich vorzüglich dazu. Als Hauptmittel bei Ekzemen und Flechtenarten ist der Extrakt von Viola tricolor, also vom wildwachsenden Stiefmütterchen zu verwenden. Damit der Nahrungsmittelkalk besser aufgenommen werden kann, darf auch nie die Einnahme eines biologischen Kalkpräparates, wie Urticalcin, fehlen. Dieses ist als Brennesselkalk ausgezeichnet und hat sich daher auch stets gut bewährt.

Für die äußere Anwendung greifen wir zu Molkosan, das als Milchsäureprodukt sehr zu empfehlen ist. Wir werden damit die betroffenen Stellen betupfen, was bekanntlich desinfizierend und heilend wirkt. Käser, die stetig mit der Schotte in Berührung kommen, müssen sich nie über Ekzembildung beklagen, so günstig wirkt die Milchsäure. Alle Ekzeme, vor allem die trockenen, benötigen Fett. Johannisöl hat sich dabei wunderbar bewährt. Da die Talgdrüsen in der Regel bei Ekzemen sehr schlecht arbeiten, ist es notwendig, der Haut genügend Fettstoffe zuzuführen, was auch noch durch eine Wollfettcreme geschehen kann. Die Bioforcecreme eignet sich dazu ausgezeichnet. Unerlässlich ist bei der äußeren Pflege von Ekzemen auch das Bepudern mit Urticalcinpulver.

Dies ist die Grundlage, auf der Ekzeme, und zwar vor allem trockene Ekzeme, sehr gut beeinflusst, gebessert und geheilt werden können. Gleichzeitig ist jedoch eine ganz sorgfältige Ernährungstherapie zu beachten, ohne die fast jede Heilung nicht von bleibender Dauer sein kann.

## **Strahlen**

Die Forschung entdeckt immer wieder neue Arten von Strahlen, denn es gibt so viele von ihnen, daß darüber Bücher geschrieben werden könnten. Am bekanntesten sind die Sonnenstrahlen, wenn wir auch nicht sicher sind, ob wir den ganzen Strahlenkomplex der Sonne bereits schon kennen. Je nach der Art der Strahlen, nach ihrer Frequenz, Wellenlänge, Intensivität und Struktur können sie unserm Körper nützlich oder schädlich sein. Dabei wirkt

allerdings auch noch unsere eigene Konstitution und Strahlensensibilität wesentlich mit. Auch die Kombination verschiedener Strahlen kann sich gleichzeitig bemerkbar machen und sich ebenfalls als schädlich erweisen.

Radioaktive Strahlen, die durch Atomexplosionen erzeugt werden können, wirken viel schädlicher, wenn zudem noch die Erdstrahlen und kosmischen Strahlen zusammenspielen. Auf vulkanischem Boden

oder in einem Erdbebengebiet kann die Strahlenwirkung so stark sein, daß sehr empfindliche Menschen wie Somnambule reagieren, als wären sie halb im Transzustand. Wie Traumwandler taumeln sie infolge Gleichgewichtsstörungen herum und werden erst wieder normal, wenn sie das vulkanische Gebiet verlassen haben.

Da es doch feststellbar viele Menschen gibt, die äußerst sensibel reagieren, ist es unverständlich, daß die Nationen die Erde mit Strahlen aller Art immer mehr verseu-

chen. Die Zunahme ihrer Intensivität ist so stark, daß sich der Mensch wie die Tiere nicht so rasch daran gewöhnen können. Die Strahlenmengen, die jetzt innert 20 Jahren ausgesandt werden, sollten nur ganz langsam während hundert Jahren vermehrt werden, dann könnten sich vielleicht zwei Generationen allmählich daran gewöhnen. Wer eine gesunde Lebensweise beachtet, ist den schädigenden Einflüssen der Strahlen glücklicherweise weniger ausgesetzt als jene, die genußsüchtig und unnatürlich leben.

## FRAGEN UND ANTWORTEN

### Periodenbeschwerden

Frau W. aus N. berichtete uns im letzten Dezember über ihre hartnäckigen Periodenbeschwerden, und da unsere Antwort von allgemeinem Interesse ist, möchten wir sie auch zum Nutzen unserer Leser bekannt geben.

Es gibt Frauen, die während der Periodenzeit oft fast unausstehliche Schmerzen haben. Bei vielen verschwinden diese Schmerzen nach der ersten Geburt, denn die Spannungen, die im Unterleib die unliebsamen Schmerzen verursachen, können durch eine Schwangerschaft, die gut verläuft und durch eine normale Geburt gelöst werden. Das ist sehr oft so, aber es gibt auch Ausnahmen, bei denen die sogenannten Spasmen, also die Krampfzustände, bleiben. Diese können von verschiedenen Umständen abhängen. Oft ist eine gewisse Störung in den Eierstöcken schuld daran. Manchmal kann auch eine Unterfunktion in den endokrinen Drüsen dazu Veranlassung geben. Es kommt indes auch vor, daß die Spasmen auf seelische Unstimmigkeiten zurückzuführen sind und daher vom Sympathikus ausgehen. Der Arzt darf da nicht stereotyp einfach immer die gleiche Behandlung durchführen, denn die Ursachen können tatsächlich sehr verschiedener Art sein.

Wir finden nun in dem homöopathischen Mittel *Caulophyllum D 3* eine hervorragende Hilfe, um Gebärmutterkrämpfe und Reflexbeschwerden, die vom Uterus ausgehen, zu beheben. *Caulophyllum thalictroides* heißt bei uns Frauenwurz und wird als bekanntes, homöopathisches Mittel, bei den erwähnten Erscheinungen erfolgreich angewendet, besonders auch, wenn die Periode stark oder unregelmäßig ist und zuweilen aussetzt, auch wenn sie mit heftigen, wehenartigen Krampfschmerzen auftritt und der Ausfluß stark und schleimig ist. Auch bei Frauen, die zu Rheumatismus neigen, ist dieses Mittel ganz hervorragend. Wird zu *Caulophyllum D 3* zugleich noch *Petadolor* eingenommen, dann ist der Er-

folg oft derart überraschend, daß man darob wirklich erstaunt sein kann. Auch *Petadolor* ist eben ein krampfstillendes Mittel, das vor allem Krämpfe, die vom Sympathikus ausgehen, stillen kann. Wenn diese beiden Mittel im Wechsel eingenommen werden, dann können wir in den erwähnten Fällen Erfolge erzielen, die chemische Mittel nicht ohne weiteres zu erwirken vermögen.

Gleichzeitig mit den beiden krampfstillenden Mitteln sollte man allerdings auch noch Entspannungsübungen und zeitweilige Sitzbäder vornehmen. Diese sind unumgänglich notwendig, denn der Erfolg wird dadurch befestigt. Schlanke Frauen werden die Bäder mit Melissentee durchführen, während festere Frauen unser Badesalz *Santamare* verwenden. Wenn diese Anwendungen kombiniert werden, können dadurch jahrelange Leiden zum Abklingen gebracht werden. Selbst solche, die schon von Jugend an bestehen, können ausgeheilt werden. Notwendig ist dabei nur, daß man die Anwendungen folgerichtig und mit Ausdauer durchführt und nicht schon nach 1–2 Monaten die Geduld aufgibt. Es ist bestimmt sehr erfreulich, wenn auf solch einfache Weise selbst schwere Leiden gelindert und gebessert werden können.

### Erfolgreiche Hilfe bei offenen Beinen

Frau A. aus S. schrieb uns letzten Sommer, weil sie durch ein offenes Bein sehr geplagt war, wie folgt:

«Als Abonnentin der «Gesundheits-Nachrichten» möchte ich mich auch wieder einmal an Sie wenden. Ich habe seit zwei Wochen ein offenes Bein, was mir große Schmerzen bereitet. Nun habe ich zufällig noch eine *Bioforce-Creme*, die auch von Ihnen ist. Ich lege diese sehr fleißig auf die Wunde. — Vielleicht habe ich etwas Falsches gemacht, denn vom zweiten Kind her verabfolgte mir