

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 19 (1962)  
**Heft:** 10

**Rubrik:** Fragen und Antworten

### **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:** 25.04.2026

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

lich stimmte, kannten sie doch den Anspruch, dass man den Baum an seinen Früchten erkenne. Sie fanden, dass Europa nicht ganz der geeignete Platz sei, um das Christentum in seiner reinen Fülle erleben zu können.

Mit Vorliebe singt das Ehepaar und ihre vollen, wohlklingenden Stimmen waren schon früher bei Chorgesängen sehr gesucht und beliebt. Ich liess es mir denn auch nicht nehmen, einige Lieder auf dem Tonband festzuhalten.

Schon einmal hatten wir Gäste bei uns, die sich jahrelang in Ceylon aufgehalten hatten und ein unbändiges Verlangen nach Schnee in unseren Engadinerbergen stillen konnten. Auch unsere diesjährigen Ceylongäste hegten den sehnlichsten Wunsch, einmal aus unmittelbarer Nähe Schnee sehen zu können, da sie noch nie mit ihm in Berührung gekommen waren. Welch eine Wonne für sie, als wir sie auf die Diavolezza brachten. Kaum hatte uns die Schwebebahn auf nahezu 3000 Meter Höhe geführt, als auch schon das unbekannte, weisse, weiche aber nasskalte Element in die Hände genommen werden musste. Zum ersten Male formten sich da in den braunen Händen Schneeballen und die Füsse tollten mit Vergnügen im Schnee herum. Die Kinder quitschten dabei vor heller Freude. Das kalte Element hatte es ihnen förmlich angetan. Nicht genug konnten sich ihre Augen am Palü und der Berninagruppe satt sehen.

Auf der Heimfahrt bewunderten sie die vielen, verschiedenartigen Blumen, die so ganz andere Farben und Formen aufweisen, als die tropischen Pflanzen, die sie zu sehen gewohnt sind. Dankbar empfanden unsere Freunde die Mannigfaltigkeit der Schöpfung und Mister David stellte fest, dass das Leben auf die-

ser Erde mit ihrer beglückenden Vielfältigkeit herrlich schön werden müsse, wenn einmal keine Rassenpolitik die Menschen als Brüder mehr trennen werde. Obwohl, wie dies in der Schweiz in solchem Falle üblich ist, alle sehr freundlich und zuvorkommend zu ihm und seiner Familie waren, spürte er doch deutlich, dass die besondere Aufmerksamkeit seiner dunklen Haut galt, und er mochte sich dabei an Erfahrungen erinnern haben, die er seiner Hautfarbe wegen schon durchgekostet hatte.

### **Abschiedsgedanken**

Die ganze Familie schätzte sich glücklich, von uns verstanden zu werden, so dass sie sich während ihrem ganzen Ferienaufenthalt bei uns völlig zu Hause fühlen konnte. Der Abschied mit seiner Trennung fiel ihr denn auch keineswegs leicht. Selbst der grosse, starke Mann war still und innerlich tief bewegt, und seine dunklen Augen erzählten mir, wie beglückt er sich darüber fühlte, in mir, trotz der andersartigen Rasse einen Bruder zu besitzen, dessen Herz mit seinem Herzen eng verbunden war, wie es einst sein grösserer Namensvetter David mit seinem Freunde Jonathan gewesen war. Er hätte sich noch schwerer von uns getrennt, hätte er nicht die frohe Aussicht mit sich nehmen dürfen, vielleicht einmal einen Gegenbesuch von uns bei sich zu Hause erwarten zu können. Dann will er mich die Überreste der Ureinwohner des Landes, der alten Weden kennen lernen lassen. Ich spürte wieder einmal lebhaft, wie schön und wertvoll es ist, wahre Freunde zu besitzen und wie beglückend es ist, wertvollen Menschen wirklich Freund sein zu dürfen. Unser Leben wäre nicht so reich ohne treue, verlässliche Freundschaft.

## **FRAGEN UND ANTWORTEN**

### **Wallungen und hoher Blutdruck**

Interessant ist der Bericht von Frau P. aus R. betreffs ihren Bemühungen, die Wallungen und den hohen Blutdruck zu bekämpfen. Sie schrieb

darüber: «Ich leide seit dem Ausbleiben der Periode an Wallungen. Unser Hausarzt, der nicht gut auf Naturmittel zu sprechen ist, hat mir vor einem Jahr einige Hormoneinspritzun-

gen gemacht. Diese wirkten aber nie länger als 3 Wochen. Letzten Herbst war ich nun zur Untersuchung bei Prof. Dr. G., der mich schon seit 18 Jahren kennt. Dieser hat mir gegen die Wallungen 40 Dragées Vitamin E von Roche verschrieben. Die Wallungen liessen tatsächlich nach, wenn sie auch noch hin und wieder aufgetreten sind, so war dies erträglich. Seit ungefähr 10 Tagen leide ich wieder viel stärker darunter. Der Blutdruck ist auch zu hoch. Er war zwar von jeher zu hoch. Gegenwärtig schwankt er aber zwischen 220 und 240. Seit einiger Zeit erwache ich nachts auch stets an Schmerzen im Magen, aber tagsüber verspüre ich hiervon nichts. Nur habe ich seit einer Woche auch den Tag hindurch anomal Schlaf, und zwar trotz genügender Ruhe während der Nacht. Tagsüber ist mir, wie wenn ich Blei im Kopf und in den Füßen und Beinen hätte. Da ich in 6 Wochen während einiger Zeit als Demonstrantin arbeiten sollte, eine Arbeit, die ich jeden Frühling ausführe, wäre ich Ihnen dankbar, wenn Sie mir mit geeigneten Mitteln, die es mir erlauben würden, die Arbeit aufzunehmen, helfen könnten. Leider gehöre ich aber zu den empfindlichen Menschen, trotzdem ich dagegen ankämpfe.»

Wenn auch der Hausarzt der Patientin nicht auf Naturmittel eingestellt ist, so ist es dennoch besser, auf natürliche Weise eine Hilfe herbei zu führen, denn Hormoneinspritzungen können unter Umständen den ganzen Hormonhaushalt in Unordnung bringen. Wir verordneten tägliche Tiefatmungsübungen an frischer Luft, trockene Bürstenabreibungen und einige Wochen nur Natureisdiät mit Quark und Rohgemüsen. An Stelle von Kochsalz und scharfen Gewürzen war das Diätsalz Herbamare sehr sparsam zu verwenden. Alkohol, Bohnenkaffee und Schwarztee waren völlig zu meiden. Das gewissenhafte Beachten dieser Regeln ist notwendig, um den Blutdruck auf natürliche Weise senken zu können, denn es hat keinen Zweck und ist nicht geholfen, ihn mit starken Mitteln herabzudrücken. Dagegen helfen Arteriokomplex, Viscatropfen und Bärlauchwein zusätzlich die Arterien regenerieren und auch die Schmerzen in den Beinen können dadurch nachlassen. Gegen die Wallungen wirken Aconitum D 10 und Salvia ebenfalls auf natürliche Weise. Es erfordert Geduld, einen solchen Zustand in Ordnung zu bringen, und man darf nicht mit einem plötzlichen Erfolg rechnen.

Nach Verlauf von nicht ganz 2 Monaten schrieb uns die Patientin: «Ich kam Ihren Ratschlägen strikte nach und nahm einen ganzen Monat hindurch mit nur drei Ausnahmen Natureis nebst Salaten und Gemüsen ein. Die Mittel nahm ich regelmässig, aber nur in ganz geringen Mengen, und zwar jedes Mittel nur einmal im Tag. Schon nach einigen Tagen verspürte ich eine grosse Besserung, was den zu hohen Blutdruck anbetrifft und nach einem Monat hörten auch die Wallungen auf, und ich war so gut hergestellt, dass ich meine beruflich eher strenge Arbeit gut aufnehmen konnte und

sie auch bewältigte, ohne nachher wieder so unnatürlich müde zu sein. Ich danke Ihnen daher aufrichtig für Ihre Hilfe.»

Schade, dass der Hausarzt keine Kenntnis von der günstigen Wirkung dieser natürlichen Behandlungsweise erhielt, denn sicher würden auch seine Mühen durch solche Erfolge befriedigender belohnt werden. Noch vor 50 Jahren hatten unsere alten Hausärzte volles Vertrauen in die Naturmittel und verschrieben sie regelmässig. Erst durch das Aufkommen der modernen Medizin, vor allem der Chemotherapie, begann man die Heilkraft der Naturmittel anzufechten und verächtlich herabzusetzen und seither ist es schwer, sie wieder zu Ehren zu bringen, wenn sie auch nach wie vor ihre Güte da beweisen, wo man sich ihrer bedient.

### Wirbelverschiebung und Kreislaufstörung

Im vergangenen Frühling sandte uns Fr. H. aus L. folgenden Bericht über ihr Ergehen ein: «Ich war nun ein halbes Jahr bei einem Spezialarzt für physikalische Therapie in Behandlung, jedoch ganz ohne Erfolg. Ständig habe ich sehr starke Schmerzen an den beiden untersten Wirbeln der Wirbelsäule, ausstrahlend über beide Gesäss- und Oberschenkelpartien bis zum Kniegelenk. Oft habe ich das Gefühl, der Ischiasnerv sei eingeklemmt. Diese Schmerzen rühren meines Erachtens von der ungünstigen Statik her, einer stark s-förmigen Verkrümmung der Wirbelsäule seit dem Kindesalter. Ich bin 41 Jahre alt und habe vorwiegend sitzende Tätigkeit in einem Büro. Vor 17 Jahren entfernte man mir an beiden Beinen die Krampfadern und seither hapert es natürlich auch mit der Zirkulation. Die Folgen sind Stauungen, Kältegefühl und anderes mehr. Ich bin so viel als möglich in der frischen Luft, laufe und schlafe viel, in letzter Zeit allerdings nur mit schmerzstillenden Mitteln.

Ich hoffe nun doch, Sie können mir noch ein wenig helfen, sodass ich wenigstens mit weniger Schmerzen leben könnte.»

Wir rieten nun der Patientin, einen guten Chiropraktiker aufzusuchen. Der Rücken und die schmerzenden Stellen waren täglich mit Wallwurzttinktur einzumassieren. Da der Körper der Patientin dringend Kalk benötigte, erhielt sie zum Aufbau Urticalcin und Vitaforce. Hyperisan diente zur besseren Durchblutung. Die Verödung der Krampfadern ist nicht günstig, weil dadurch die kleineren Venen vermehrt belastet werden, sodass später oft in vermehrter Masse erneute Störungen auftreten können. Mit Geduld und der stetigen Mitteleinnahme bis zu einem Jahr kann in solchem Falle mehr erreicht werden. Sehr günstig zur Verbesserung der Kreislaufstörungen sind auch Wechselfussbäder und Trockenbürstenabreibungen immer dem Herzen zu.

Ende Juni ging folgender Bericht ein: «Ihren Rat, einen guten Chiropraktiker aufzusuchen, habe ich befolgt und bereits nach der 8. Behandlung waren meine Schmerzen völlig weg.

Diese Behandlung, zusammen mit Ihren Mitteln, dem Urticalcin, Vitaforce, Hyperisan und der Wallwurzinktinktur haben wirklich Wunder gewirkt. Den Chiropraktiker besuche ich jetzt versuchsweise nicht mehr, dafür kommt jede Woche eine Physiotherapeutin zu mir und macht mir Bindegewebemassage. Auch das Urticalcin möchte ich weiter einnehmen, habe ich doch entdeckt, dass es gegen Haarausfall wunderbar wirkt.»

Diese unerwartete, zusätzliche Hilfe ist keineswegs erstaunlich, da ein biologisches Kalkprä-

parat solcherlei Störungen beheben kann. Das ist ja eben das Begrüßenswerte an den Naturmitteln, dass ihre Nebenwirkungen nie ungünstig sind. Auch der Verlauf der beabsichtigten Behandlung ist sehr erfreulich und zeigt, dass es vorteilhafter ist, dem Körper mit Geduld beizustehen, damit er die Schädigungen ausbessern kann, statt nur zu schmerzbetäubenden Mitteln zu greifen, die den Schmerz nur vertreiben, aber das Übel nicht heilen und somit beseitigen können.

## BERICHTE AUS DEM LESERKREIS

### Rohe Kartoffelbreiauflagen

Aus Luxemburg erhielten wir Bericht über die gute Wirksamkeit von Auflagen mit rohem Kartoffelbrei. Dieser kam am 22. Juni dies durch Frau T. in unseren Besitz und lautete: «Zwei Fälle kann ich berichten, in denen rohe Kartoffelaufgaben Wunder wirkten. Mein Mann hatte eine Verrenkung im Fuss und konnte nicht gehen. Wir rieben Franzbranntwein ein, und zwar eine Woche lang, doch nichts konnte helfen, aber nachdem wir zweimal rohen Kartoffelbrei aufgelegt hatten, war es vorbei bis heute. Bei mir lag das Übel in der Handwurzel, und ich nehme an, dass es Rheuma war. Nachts konnte ich vor Pein nicht schlafen. Dreimal habe ich abends rohen Kartoffelbrei aufgelegt und der Schmerz ist nie mehr gekommen.»

Roher Kartoffelbrei ist sicher ein einfaches Mittel, das man nur kennen und anwenden muss, damit es seine gute Wirkungsmöglichkeit ausüben kann. Viel unangenehme Schmerzen und erfolglose Kuranwendungen können dadurch umgangen werden. Ein Allheilmittel wird es zwar nicht sein, aber von Fall zu Fall wird es je nach den Umständen seine Heilkräfte mit Erfolg anwenden können. Einfach, billig und erfreulich!

### Unterstützung der Geburtswehen

Da Frau Z. aus K. befürchtete, die Geburtswehen könnten zu schwach oder zu spät einsetzen, wie dies beim vorhergehenden Kindchen der Fall war, bat sie uns um ein unterstützendes Mittel, denn sie wollte die Einspritzungen umgehen, die sie im Krankenhaus erhalten hatte, weil die Wehen nicht einsetzten, obwohl sie das Kindchen bereits schon zu stark übertragen hatte.

Wunschgemäß erhielt die schwangere Frau Sorathamnus scoparius, ein einfaches Naturmittel aus dem Besenginster, das sie die vier letzten Wochen vor der Entbindung einzuneh-

men hatte. Über die günstige Wirkung schrieb sie uns nach der Geburt wie folgt: «Es war noch einige Tage vor der Zeit, als die Wehen morgens 8 Uhr begannen. Ich regelte noch die nötigsten Dinge für diesen Tag. Die Wehen setzten kräftig ein und auch rasch aufeinander. Gegen 10 Uhr fuhr mich mein Mann ins Krankenhaus und 11.08 Uhr war mein Kindchen da. Ich war recht glücklich, dass alles so schnell und vor allem so gut überstanden war. Bestimmt verdanke ich das einem grossen Teil Ihrem Präparat, das ich ja vom 8. Monat an schon einnahm.»

Es ist erfreulich, dass auch in dem Falle eine Pflanze ihre hilfreichen Dienste darbiehen kann, um Verzögerungen und unliebsame Massnahmen dagegen vermeiden zu können. Wenn es, wie das mittelalterliche Kräutersprüchlein richtig feststellt, auch kein einziges Kräutlein wider den Tod gibt, so doch viele wider des Leibes Not. Bestimmt ist jede Frau in solchem Falle dankbar für die mühelose, natürliche Hilfe.

### Tormentilla hilft auch im Stall

Sehr oft teilen uns Bäuerinnen mit, dass die Mittel, die sie für sich verwenden, auch je nach den Umständen für das Vieh im Stall gute Dienste zu leisten vermögen. In diesem Sinne schrieb uns auch Frau N. aus S., indem sie kurz berichtete: «Es sind Mittel ausgegangen, die ich wieder nachbestellen sollte. Das Tormentilla brauchten mir die Männer im Stall für ganz kleine Kälblein, die Durchfall hatten. So konnten sie diese retten. Aber jetzt sollte ich die Tropfen schleunigst wieder haben, weil die Periode in ungefähr einer Woche kommt.» Tormentilla, also Blutwurz, wirkt bekanntlich gegen Durchfall aber auch zum Stillen starker Blutungen. Es ist immer erfreulich zu sehen, wenn durch günstige Erfahrungen auch die richtigen Schlussfolgerungen gezogen werden, wodurch selbst die Tiere im Stall Erleichterung und Nutzen finden können.