Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 20 (1963)
Heft: 9

Artikel: Die geheimnisvolle Kraftquelle der Schotten
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-552920

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: 07.01.2026

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

sein, und es wäre töricht, wollte man sich nicht um diese Vorsichtsmassregel kümmern. Was dem einen hilft, dient nicht immer auch dem anderen. Robuste Menschen können sich mehr zumuten als empfindliche, die immer daran denken müssen, dass schwache Reize anregen, während starke Reize zu zerstören vermögen. So ist denn stets weise Vorsicht und gründliche Prüfung am Platz. Vulkanische Orte mit stark radioaktiven Quellen können sensiblen Menschen empfindlich schaden, ja sogar Lähmungserscheinungen hervorrufen oder die Drüsentätigkeit gefährden. Wenn man daher auf solche Gegenden und Quellen ungünstig anspricht, ist es besser, sie zu meiden, als immer wieder Gefahr zu laufen, durch sie geschädigt zu werden. Das will aber nicht sagen, dass sie Naturen, die stark genug sind, nicht dienlich sein könnten. Diesen nützt sehr oft, was anderen schweren Schaden zufügen kann. So heisst es denn ganz einfach erst vorsichtig prüfen, dann erst handeln.

Die geheimnisvolle Kraftquelle der Schotten

Wenn man von den Schotten spricht, denkt man in der Regel vor allem an ihre Sparsamkeit, die sprichwörtlich schon zu mancher spöttischen Beurteilung geführt hat. Auch die zähe Art der Schotten ist bekannt, beweist ihre Geschichte und die frühere Auseinandersetzung mit dem südlichen England doch deutlich, dass sie sich in Schwierigkeiten durchzusetzen vermochten. War es nun die bemerkenswerte, knorrige Landschaft, die dem Volke ein besonderes Gepräge gab, oder war es die Lebensweise und Ernährung, die diesen Zustand herbeiführte und festigte? Ein dort heimischer Ernährungsfachmann behauptete, es liege am Hafer, der in diesem Lande bekanntlich fast jeden Tag als Haferbrei genossen wird. Ob nun diese Annahme voll zutrifft oder nicht, ist genau so schwer zu beweisen, wie das Gegenteil, denn der Schotte wird dieserhalb auf seinen «Porridge» nicht verzichten wollen. So lassen wir es denn damit bewenden, genügt es uns doch völlig zu wissen, dass Hafer, der besonders auf steinigem, mineralstoffreichem Boden wachsen konnte, wie dies in Schottland zutrifft, für Mensch und Tier ein bedeutender Kraftspender ist. Diesen Beweis erbringen uns auch die Pferde, die täglich ihre genügende Ration von gutem Hafer erhalten.

Aber nicht nur der Haferkern, auch die Staude selbst enthält eine wichtige, konzentrierte Kraftnahrung, die seit Jahrzehnten in der Volksmedizin bekannt ist und mit Erfolg angewendet wurde. Avenin heisst dieser eigenartige Stoff, der sich zur Zeit der Blüte am stärksten in der grünen Haferstaude vorfindet. Erntet man daher biologisch gezogenen Hochlandhafer zur Blütezeit, presst den rohen Saft aus und konserviert diesen mit reinem Alkohol, dann gewinnt man einen Höchstgehalt an Avenin und anderen Wirkstoffen, die sich als nutritive Nervenstärkungsmittel seit Jahrzehnten bewährt haben. Besonders Kinder und sensible, geschwächte Personen, die keine Reserven haben und schlecht schlafen, finden in diesem einfachen und völlig harmlosen Naturmittel eine zuverlässige Hilfe. Avena sativa ist der lateinische Name der Haferstaude und unter diesem Namen ist das Mittel auch in der Homöopathie bekannt.

Eine geschickte Kombination

In Korea lernte ich als Nervenstärkungsmittel auch noch eingehender die echte Ginsengwurzel kennen. Regelmässig liess ich mir dort von meinen Koreanerfreunden Ginsengtee zukommen, weshalb ich die Strapazen in diesem fremden, bergigen Land besser durchhalten konnte. Dies bestärkte mich in meinem schon früher gefassten Vorsatz, der Kombination von Avena sativa und Ginseng grössere Aufmerksamkeit entgegenzubringen, weshalb ich, zu Hause angekommen, auch mein Vorhaben auszuführen begann. Beide Mittel zusammen wirken nämlich in der

Verbindung noch wesentlich stärker als jedes einzelne für sich. Die Kombination der beiden führte demnach zur vollen Befriedigung und so wurde das Naturmittel Ginsavena zur bewährten Hilfe, die bereits heute schon in Hunderten von Familien als unentbehrlicher, zusätzlicher Kraftspender dient.

So begann denn vor Jahren eine Beobachtung bei den Schotten und nachträglich eine bestärkte Erfahrung in Korea einem harmlosen, aber zuverlässigen Nervenstärkungsmittel zur Geburt zu verhelfen. Der Erfolg beruhte vor allem auf der geschickten Kombination, aber auch auf der Erfahrung, dass nicht nur der Kern, sondern auch die Staude der Haferpflanze eine geheimnisvolle Kraft in sich birgt.

Verschiedenartige Krampfaderbehandlung

Für viele Frauen und Mädchen wäre eine Mode mit langen Röcken bestimmt besser, könnten sie doch darunter ihre Krampfadern mit hässlichen Knüppeln und Knoten etwas verbergen. Wenn solche Frauen aber dermassen modehörig sind, dass sie sich sogar nicht einmal scheuen, Schuhe mit sehr hohen Absätzen zu tragen, die oft nur so dick sind wie ein Bleistift, dann verschwindet unser ehrliches Bedauern über ihren Zustand und macht unwillkürlich einem berechtigten Unwillen Platz. Diese hohen Absätze nebst enganliegenden Kleidern und belästigender Unterwäsche mit schädigenden Strumpfhaltern helfen beim Entstehen von Krampfaderbeinen mit. Was wäre also in erster Linie gescheiter, als sich in der Hinsicht nach gesundheitlich vernünftigen Richtlinien einzustellen! Es wäre viel folgerichtiger, sich ein wenig mehr über die Fordernisse der Gesundheit zu kümmern, als sich vor dem neuzeitlichen Modegott allzustark zu verneigen.

Verödung der Adern

Wer über die Körperfunktionen einigermassen Bescheid weiss, ist sich darüber klar, dass die Arterien den Zellen nährstoffreiches Blut zuführen, während die Venen die Aufgabe haben, das verbrauchte Blut zurückzuleiten. Krampfadern sind immer ein Zeichen von erschlafften Venen, die ihre Arbeit nicht mehr richtig ausführen können. Wer nun entdeckt, dass er Krampfadern besitzt, möchte sie natürlich so rasch als möglich los werden. Dies ist auf natürliche Weise jedoch keine so leichte Aufgabe, wie durch die Art der Verödung, bei der man sich der Einspritzung einer physiologischen Kochsalzlösung bedient. Diese setzt die erkrankte Ader ausser Kurs, indem sie sie verödet. Jedes Bein besitzt eine innere und eine äussere Hauptvene mit den verschiedenen Verästelungen. Nachdem nun eine dieser Venen infolge Verödung ihre Arbeit nicht mehr verrichten kann, ist die andere notgedrungen gezwungen, die doppelte Arbeit zu leisten. Dadurch entsteht für sie sehr oft eine zu grosse Belastung, so dass auch sie zu versagen beginnt. Verödet man nun auch noch die zweite Vene, dann müssen die Nebenvenen versuchen, die Aufgabe der Hauptvenen zu übernehmen, denn dann kann der Kreislauf nur noch über diese geführt werden. Wohl können sich die Nebenvenen noch etwas ausbauen, aber es wird ihnen nicht gelingen, die Hauptvenen ganz zu ersetzen. Der Kreislauf wird nur noch mangelhaft durchgeführt werden können, was Schwierigkeiten zur Folge haben wird, indem sich Zirkulationsstörungen zeigen werden, die auch die Embolie- und Trombosengefahr vergrössern können. Man sollte also davon Abstand nehmen, den im Augenblick bequemeren Weg der Adernverödung zu wählen, wenn man nicht mit den erwähnten Folgen rechnen möchte.

Operation der Venen

Es ist jedoch auch verkehrt, sich einfach mit solch erkrankten Beinen abzufinden, ohne dass man etwas für ihre Pflege