

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 21 (1964)
Heft: 7

Artikel: Neue Aufgaben des Calciums
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-552961>

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: 08.02.2026

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

dukt, das sehr viele Vorzüge aufweist. Leider ist noch nicht jeder Bauer so weit, dass er betreffs Qualität und Reinheit eine völlig einwandfreie Milch liefern kann, aber es werden allgemein Anstrengungen vorgenommen, um die Qualität der Milch immer mehr zu verbessern.

Die Trinkmilch

Obwohl die Milch in der Schweiz ein beliebtes Nahrungsmittel ist, sollte sie als Trinkmilch noch viel mehr bekannt sein und verwendet werden. Amerika ist in der Hinsicht besser ausgestattet als wir,

denn überall ist dort frische, rohe Milch in Kleinpackungen erhältlich. Der Arbeiter, die Schuljugend, der Reisende, Büroangestellte, kurz, wer irgendwie einen kühlen, nährenden und kräftigenden Trunk Milch begeht, kann sich ihn mit Leichtigkeit beschaffen. Es gibt auf Bahnhöfen zwar auch bei uns bereits die Möglichkeit, sich des Milchautomaten zu bedienen. Bestimmt ist zur heissen Sommerszeit kühle, frische Trinkmilch für die durstige Kehle besser und billiger als alkoholische Getränke oder süsse, künstlich zubereitete Wasser.

Neue Aufgaben des Calciums

Alle von uns kennen die wichtige Rolle, die der Kalk als Aufbaustoff für Zähne und Knochen in unserem Körper übernommen hat. Wir wissen, dass ein gesunken Kalkspiegel einen Mangel an Kalk anzeigt, der mit der Zeit Schädigungen an den Zähnen und Knochen auslöst. Bei schwangeren Frauen wirkt sich dieser Mangel so drastisch aus, dass die Behauptung, jedes Kind koste der Mutter einen Zahn, im Bernbiet schon zu Urgrossmutter's Zeiten üblich war. Des weitern ist uns bekannt, dass Kalkmangel im Blut gerne tetanieartige Zustände, Verkrampfungen und Spasmen hervorrufen.

Kalk ist jedoch nicht nur ein Aufbaumineral, sondern ein Verbindungskomponent, mit dessen Hilfe schädliche Stoffwechsel-schlacken, vor allem Säuren, durch den Urin ausgeschieden werden können. Denken wir nur einmal an Oxalsäure, die bei der Nierensteinbildung eine grosse Rolle spielen kann! Die Verbindung dieser Säure mit Kalk finden wir als oxalsauren Kalk in einer für die Harnorgane transportfähigen Form vor.

Genügende Mengen von Kalk schützen auch gegen Skrofulose und sogar gegen die Anfälligkeit für Tuberkulose. Fachärzte wissen über diese Tatsache allerlei zu erzählen. Weist der Kalkspiegel im Blute seine normale Höhe, die er üblich haben sollte, auf, dann kann er uns auch vor den schädlichen Einwirkungen des

radioaktiven Strontium 90 erheblich bewahren. Diese Feststellung ist allerdings noch für viele von uns neu, aber immerhin beruhigend, denn es wird nicht allzu schwer fallen, günstig auf unseren Kalkspiegel einzuwirken. Die Gründe, dafür zu sorgen, dass wir genügend von dem so wichtigen Mineralstoff Kalk in uns aufnehmen, sind bestimmt für uns überzeugend und vernünftig genug, sie nicht unbeachtet zu lassen.

Volkornnahrung, Rohgemüse, sowie Milchprodukte sind gute Kalklieferanten, von denen wir täglich Gebrauch machen sollten. Leider können wir den Kalk im Wasser, wie auch andere anorganische Kalkformen nicht aufnehmen. Wir müssen daher unbedingt darauf achten, dem Körper Kalk in organisch, und zwar vor allem in pflanzlich gebundener Form zuzuführen. Weil dieser so wichtige Mineralstoff auf diese Art am besten assimiliert werden kann, ist die organische Form als allein richtig zu betrachten und allem andern vorzuziehen. Wenn nun aber jemand trotz guter Ernährung gleichwohl noch einen Kalkmangel aufweist, muss er neben kalkhaltiger Nahrung unbedingt darauf achten, regelmässig ein gutes, biologisches Kalkpräparat, wie Urticalcin, einzunehmen. Letzteres ist als Brennesselkalk eine ideale Form, um den Kalkspiegel von Kindern und Erwachsenen auf der Höhe zu halten. Wer mit Urticalcin ein-

mal einen Versuch vorgenommen hat, wird dieses einfache, angenehm einzunehmende Mittel als hilfreichen Kalkspender nicht mehr missen wollen. Auch Erschöpfte, Überarbeitete und gesundheitlich Mitgenommene, bei denen sämtliche Mittel allgemein nicht mehr richtig ansprechen wollen, vermögen ihren Zustand

mit Hilfe von Urticalcin wieder grundlegend zu heben, worauf auch die anderen Hilfeleistungen vom Körper wieder ausgewertet werden können. Wenn also das Kalkgleichgewicht in unserem Körper so wichtig ist, sollten wir darauf achten, es mit Hilfe der gegebenen Ratschläge stets zu erwerben und zu erhalten.

Die individuelle Dosis

Wenn wir die Wunder der Naturgesetze besser erkennen und nutzbringender anwenden wollen, müssen wir gute Beobachter werden. In der Natur gibt es wohl Regeln, doch nicht unbedingt starre Prinzipien. Genau so ist es auch in der Erziehung. Längst ist uns bekannt, dass bei dem einen Kinde ein Blick genügt, um es zurechtzuweisen, während sich das andre nur durch körperliche Bestrafung erziehen lässt. Ebenso verschieden verhält es sich mit der medikamentösen Beeinflussung des menschlichen Körpers.

Ein treffendes Beispiel finden wir in Nux vomica, einem bekannten, homöopathischen Heilmittel, das sich gegen Brechreiz und Schlechtsein sehr bewährt hat. Es wird in der Regel 1 zu 10 000, also in D4 verabreicht. Patienten, die auf D4 nicht ansprechen, können von D6, also 1 zu 1 000 000, die erwartete Hilfe erhalten. Erst kürzlich bestätigte mir dies eine natürlich lebende Patientin erneut, da sie in verschiedenen Fällen diese Tatsache immer wieder feststellen konnte. Dieser Umstand führt uns zur Schlussfolgerung, Naturmittel in homöopathischer Verdünnung oder auch Frischpflanzenpräparate niemals als unwirksam wegzulegen, wenn der Erfolg nicht sofort einsetzt. Da heißt es nun genau beobachten, ob wir auf eine schwächere oder stärkere Dosis günstiger ansprechen. Wenn die 5 vorgeschriebenen Tropfen nicht wirken, dann versuchen wir es mit 10 oder 20 Tropfen, ja sogar noch mit mehr, insofern es sich um ein harmloses Mittel handelt. Umgekehrt kann uns aber womöglich sogar schon 1 Tropfen auf 1 dl Wasser helfen. Sehr empfindliche Patienten können womög-

lich bereits eine sofortige Wirkung verspüren, wenn sie diesen einen Tropfen einem ganzen Liter Wasser beifügen, um schluckweise davon einzunehmen.

Es ist in der Tat nicht schwierig, sich selbst genau zu beobachten, um feststellen zu können, ob unser Körper von grob- oder feinstofflichen Verdünnungen Hilfe empfängt. Ein entsprechendes Beispiel mag dies veranschaulichen. Ich kannte einen jungen Medizinstudenten, der auf alle Arten von Medikamenten übersensibel reagierte. Als er daher eine Blinddarmoperation vor sich hatte, erklärte er dem Chirurgen seine ausgesprochene Veranlagung und bat ihn, die Narkose mit der schwächsten Dosis von Medikamenten durchzuführen. Der Arzt beachtete jedoch die Warnung nicht und verwendete die Normaldosis. Obwohl die Operation als solche gut gelang, kehrte der Patient dennoch aus der Narkose nicht mehr ins Leben zurück, denn die zu starke Dosis verhinderte das Erwachen. Keine Macht der Wissenschaft konnte das Bewusstsein wieder zurückholen. Zwar sind solche Fälle seltene Ausnahmen, doch zeigen sie klar, dass es grundfalsch ist, wenn man glaubt, man könne alles mit festen Normen vereinfachen. Wenn man daher die Heilmittel aus wirtschaftlichen Gründen standardisiert, bedeutet dieses Vorgehen für viele Menschen ein Unglück.

Die alten Ärzte hätten ein solches Verfahren niemals begutachten können, fühlten sie sich doch zu ihrer Zeit noch verpflichtet, für jeden Patienten ein individuelles Rezept zu schreiben. Dabei richteten sie sich nach der eigenen Diagnose und der Beurteilung des jeweiligen Men-