

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 21 (1964)  
**Heft:** 8

**Artikel:** Erprobte Naturheilanwendungen bewähren sich auch im Ausland  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-553049>

#### 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>**

der begegnete mir schönes Rotwild, und zeitweise drang auch das Klappern oder Rasseln der Klapperschlangen an mein Ohr. Wer diese Tiere kennt, fürchtet sich nicht vor ihnen, denn er weiss, dass sie aus Angst vor dem unbekannten Feind zu rasseln beginnen. Sobald sie sich ausser Gefahr sehen, beruhigen sie sich rasch wieder. Nur wer die Neugierde zu nahe an sie herantreten lässt, kann unangenehmes mit ihnen erleben.

Wenn der Amerikaner sein Land bereist, scheint ihn eine eigenartige Unruhe zu jagen. Er rast auf den Autostrassen dahin, erscheint für kurze Zeit in einem der geschützten Nationalparks und ist ebenso rasch wieder verschwunden. Das Leben auf den Autostrassen ist ihm zur Gewohnheit geworden, muss er doch oftmals 2 Stunden fahren, bis er seinen Arbeitsplatz erreicht hat. Die Orte, die er dabei durchquert, sind zweckdienliche Wohnstätten. Sie sind nicht dazu angetan, die Naturverbundenheit in ihm zu wecken,

und da er gewohnt ist, dem Verdienst nachzujagen, kann er sich auch nicht Halt gebieten, wenn er seine Ferien verbringt. So kommt es, dass eigentlich nur verhältnismässig wenig Amerikaner die Naturschönheiten ihres Landes kennen und richtig zu geniessen wissen. Diese verlockenden Gebiete liegen nämlich abseits vom regen Autoverkehr und man sollte sie zu Fuss oder auf Pferderücken besuchen. Noch gibt es unberührte Gegenden, wie sie zur Zeit bestanden haben, als der weisse Mann das Land noch nicht kannte. Abgelegen und einsam entfalten sie ihre Schönheit, aber der Amerikaner liebt im allgemeinen die Geselligkeit seiner bewohnten Gebiete mehr als die Einsamkeit, in der man sich ohne Führung tatsächlich verlieren kann. Da ist es einfacher bei uns, wo irgendein einladendes Wiesenweglein zu einem schönen, stillen Plätzchen führt, das sich in seiner schlichten Lieblichkeit zu ausgiebiger Erholung und Entspannung darbietet.

## **Erprobte Naturheilanwendungen bewähren sich auch im Ausland**

Die Ratschläge, die «Der kleine Doktor» erteilt, sind schon manchem auch im Ausland zugute gekommen. Darum wurde das Buch auch in Fremdsprachen, wie Englisch, Französisch, Holländisch und Schwedisch übersetzt und wird nächst dem auch in Spanisch erscheinen. Nun ging aber kürzlich aus Schweden ein Schreiben bei uns ein, dessen Inhalt wenig Zuversicht für die Verbreitung der schwedischen Ausgabe zeigt, und zwar, weil in Schweden das Wissen um die Naturheilweise weit mehr vergessen sei als beispielsweise in Deutschland. So komme es immer wieder vor, dass selbst ausgebildetes Krankenpflegepersonal wie Schwestern, Pflegerinnen und Mütter vollkommen ratlos sei gegenüber Hinweisen zur Zubereitung von Naturtees, Anwendungen von Wasserpackungen und anderen, einfachen Hilfsmitteln. Selbst für jenen, der mit diesen bereits vertraut sei, enthalte unser Buch nebst vielen guten Ratschlägen soviel «Abseitiges», dass

es für den einfachen Schweden wohl schwer zu verdauen sei. Sogar für den Säugling von einigen Tagen werde in diesem Lande nur chemische Medizin empfohlen, auch wenn es sich nur um Blähungen handle.

## **Überwindung von Einwänden**

All diese Einwände können wir gut begreifen, denn es gibt noch andere Länder, in denen ähnliche Verhältnisse herrschen. Wenn daher geschultes Pflegepersonal über Naturheilanwendungen keinen Bescheid weiss, dann befremdet uns dies nicht sonderlich, denn wenn das alte Wissen darüber in Vergessenheit geraten ist, wird es unter den berufstätigen, jungen Menschen wohl schwerlich mehr zu finden sein. Es ist auch viel bequemer, sich chemischer Mittel zu bedienen, was aber nicht sagen will, dass der alte, natürliche Weg mit seinen hilfreichen Ratschlägen und einfachen Anwendungen nicht doch manchem zusagen würde,

wenn er erst einmal Kenntnis davon erhielte und erfahren würde, wie zuverlässig und ohne schädigende Nebenwirkungen die Natur zu helfen vermag. Ein Schreiben aus Amerika, und zwar aus Pennsylvania, bestätigt diese Annahme. Ein altes Mütterchen berichtete uns darin, dass es dankbar sei für die zugesandten Bücher, weil es jedem Worte, das darin geschrieben sei, Recht geben könne. Bereits hatte es schon manches auf seinem Speisezettel geändert und weggelassen, denn es ist selbst durch Rheuma geplagt, leidet an starken Hämorrhoiden und mangelhafter Lebertätigkeit, wie auch an Zuckerkrankheit. Wie gut, dass daher die Einstellung dieser Frau vernünftig und einsichtig ist. Sie findet es schrecklich, dass die Kranken heute nur Tabletten, Spritzen und Operationen ausgesetzt seien. Aber sie scheint noch nie daran gedacht zu haben, dass heute auch die Menschen ganz anders sind als früher.

### Von ärztlicher Not und Wirksamkeit

In früheren Zeiten war es noch allgemein üblich, natürliche Anwendungen durchzuführen, ja man konnte überhaupt kaum etwas anderes und scheute auch die Mühe nicht, weil man die gute Wirkung kannte. Selbst die Ärzte waren davon überzeugt, verschrieben nur natürliche Mittel und Behandlungen und hatten mit dem Patienten genügend Geduld, bis sich die Heilung auf naturgemäße Art ergeben hatte. Die heutige Änderung der Lage ist nicht nur allein den Ärzten zuzuschreiben. Es gibt viele Kranke, besonders in Amerika, die gar keine Anwendungen durchführen wollen. Das ist viel zu umständlich für sie, und sie verlangen vom Arzt, dass er sie der Schmerzen so rasch als irgendmöglich enthebe. Kein Wunder daher, wenn sich die Ärzte mit der Zeit dieser bequemen Einstellung der Patienten fügten und anfingen, nur noch die Symptome zu bekämpfen, um Leiden und die Mühe einer Kur ersparen zu können.

Vor Jahren besuchte ich in New York Dr. Aschner, einen bekannten Arzt und Verfechter der Naturheilmethode. Aus Wien

kommend, wollte er auch den Kranken von New York den Sinn für vernünftiges Essen, für Wasseranwendungen und andere physikalische Behandlungsarten beibringen, aber seine Mühe war vergebens. Er wurde meist nur ausgelacht und war trotz seiner Einstellung gezwungen, ebenfalls mit Spritzen zu arbeiten, wenn er nicht verhungern wollte. Um überhaupt leben zu können, musste er sich notgedrungenen der modernen Einstellung seiner Kranken fügen. Allerdings war er darüber sehr verzweifelt und unglücklich und riet mir lebhaft, mein dankbares Wirkungsfeld auf keinen Fall mit den Zuständen in den USA zu vertauschen. Ich habe den Rat getreulich befolgt, während «Der kleine Doktor» in Amerika unterdessen allerlei Kleinarbeit verrichtete, so dass wenigstens jene, die genügend Verständnis aufbringen, Nutzen daraus ziehen können. Wohl wird die erwähnte Frau in ihren alten Tagen den Zucker nicht mehr ganz wegbekommen können, wenn sie sich aber viel in sauerstoffreicher Luft bewegen kann, dann wird ihr dies sehr zugute kommen. Auch öfters heisse Anwendungen auf die Bauchspeicheldrüse werden sich erfolgreich auswirken. Bereits wird sie Süßigkeiten, vor allem den Industriezucker nebst den verschiedenen Weissmehlprodukten meiden und statt dessen regelmässig Quark mit Meerrettich gniessen, was für die Bauchspeicheldrüse und somit für die Zuckerkrankheit ein wunderbares Heilmittel ist. Seine gute Wirkung wird sich auch gegen das Rheuma bewähren, ebenso die Einnahme bitterer Salate, so Löwenzahn und Chicorée nebst einer Beigabe feingewiegener, roher Brennesseln in die Suppen oder die Gemüse. Auch die Kleearten, vor allem der Lucerne-Klee können auf gleiche Weise verwendet werden, da sie bei Zuckerkrankheit ebenfalls zu den besten Heilmitteln gehören. Allerdings sollte man stets darauf achten, dass man den Klee von ungedüngten Wiesen gewinnt, möglichst den Wegrändern und Waldböschungen entlang, die nicht landwirtschaftlich modern bearbeitet werden. Das alles

sind Möglichkeiten, mit denen sich jener, der nicht gerade mitten in einer Großstadt leben muss, behelfen kann. Wohl können Naturmittel auch von der Schweiz aus versandt werden, insofern man die jeweiligen Vorschriften der Empfangsländer genau beachtet, was allerdings mit viel Mühe verbunden ist.

### Gute Ratschläge lohnen sich

Daher werden immer wieder die einfachen Ratschläge, die «Der kleine Doktor» erteilt, bevorzugt, denn ihre Befolgung ist nicht schwer und kommt nicht teuer. Das erfuhr denn auch die Tochter der alten Frau, die kurz vor dem Eintreffen des erwähnten Buches infolge Blutpfropfens im rechten Bein schwer erkrankt war. Verschiedene Tabletten, die ihr der Arzt verschrieben hatte, griffen ihr Herz so sehr an, dass der Zustand für sie fast unerträglich war. Sobald «Der kleine Doktor» eintraf, erkundigte sich die Mutter sofort nach seinem Rat, führte sogleich Kohlblätterauflagen durch, was ihr leicht möglich war, weil sie noch eigene Krautköpfe besass, und schon nach der zweiten Anwendung trat Linderung ein. Mit Ausdau-

er führte die Mutter alsdann die Anwendungen bis zur völligen Heilung weiter. Über den günstigen Verlauf war sie natürlich sehr beglückt, wusste sie sich doch zuvor keinen Rat, denn die Tochter war gleichzeitig in anderen Umständen und die Nachbarn erachteten die Kohlwickel als gefährlich und rieten zur Befolgung der ärztlichen Verordnungen. Die Mutter hörte jedoch nicht auf sie, weil sie froh war, dass sie nun die Tabletten, die das Herz so angegriffen hatten, ausschalten konnte. Sie weiss noch mehr Leute, die für die Ratschläge, die «Der kleine Doktor» erteilt und die im Leberbuch enthalten sind, froh sein werden.

Das ist der richtige Weg, um gute Methoden bekanntzumachen. So erging es in der Schweiz, und so wird auch persönliche Empfehlung in anderen Ländern nicht ruhen, denn der Schmerz ist eine Macht, der Einsichtige zur Vernunft erziehen kann. Es ist noch früh genug, zu anderen Hilfsfaktoren zu greifen, wenn die natürlichen tatsächlich versagen. Sie beabsichtigen dies jedoch keineswegs, weshalb sie sich trotz vielem Widerstand bei manchem zum Segen auswirken können.

### Gefährliche Spätfolgen

Schlecht ausgeheilte Krankheiten können sich noch nach Jahren als Ursache einer neu auftretenden Schwierigkeit erweisen. Man kann darüber allerdings geteilter Meinung sein, was uns zwei Beispiele beleuchten möchten. Vor Jahren stand eine Lehrerin wegen eines schlimmen Abzeses am Oberschenkel in meiner Behandlung. Sieben Jahre zuvor hatte sie an der gleichen Stelle von ihrem Arzt eine Einspritzung erhalten. Nachdem sie nun diesem Arzt gegenüber ihre Ansicht über den vermutlichen Zusammenhang dieser Angelegenheit äusserte, lehnte er eine solche Beurteilung völlig ab, da er es als ausgeschlossen betrachtete, dass nach so langer Zeit wegen einer solchen Spritze noch Folgeerscheinungen auftreten könnten. Einzig Dr. Bircher-Benner, von dem sich die Patientin ebenfalls beraten liess,

bestätigte ihr die Möglichkeit eines solchen Zusammenhangs, erklärte ihr jedoch, dass er diesen Standpunkt vor seinen Kollegen nicht vertreten könne, weil er bei ihnen gar kein Verständnis finden würde. Umgekehrt lautete das ärztliche Urteil eines anderen Falles, der mir erst kürzlich bekannt wurde. Ein Patient aus Luzern schilderte mir seine eigenartige Lage, denn bis vor einiger Zeit konnte er sich vollständiger Gesundheit erfreuen. Er war daher auch immer ein guter Hochtourist gewesen. Aber ganz unerwartet, wie angeworfen, erkrankten seine Nieren schwer. Er hatte infolgedessen viel Eiweiß im Urin, viel Harnstoff im Blut und zudem einen hohen Blutdruck. Der Urologe stellte ihm einen äusserst schlechten Bericht aus und zweifelte an einer Heilung. Aus der Schlussfolgerung des Pro-