

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 22 (1965)  
**Heft:** 4

**Rubrik:** Wissenswertes über gesunde Lebensführung durch

### **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>**



## Wissenswertes über gesunde Lebensführung durch

---

### Blutreinigungskuren

---

Es war früher besonders auf dem Lande üblich, jeden Frühling eine Blutreinigungskur durchzuführen. Dazu wurde ein sogenannter Grüntee gesammelt, überbrüht und morgens und abends getrunken. Dieser Grüntee bestand aus den frischen, grünen Blättern der Brombeeren, Himbeeren, Erdbeeren, des Spitzwegerichs, sowie aus Huflattichblüten und wenn möglich auch noch aus Schlüsselblumen. Statt mit Zucker wurde dieser Tee mit Honig zubereitet.

Noch heute findet dieser **Frühlingstrank** seine Anerkennung, verschafft er uns doch ein angenehmes Wohlbefinden. Wer ihn regelmässig genießt, ist davon überzeugt, dass er dadurch den Körper von winterlichen Schlacken reinigen kann, und dass er ihm frische Frühlingskräfte zuführt. Zwar mögen verschiedene Wissenschaftler den Begriff der Blutreinigung als eine falsche Laienvorstellung verwerfen, gleichwohl aber bedeutet eine solche Blutreinigung für die Körperfunktionen eine Anregung und sie erwirkt in diesem Sinne auch eine Reinigung.

Nach altindischer Vorstellung kann und soll man die Körpersäfte von Zeit zu Zeit reinigen. *Rasa* ist der altindische Name für Körpersäfte und **Rasayana Kalpa** ist die Bezeichnung einer Säftereinigungskur nach dem Muster und der Methode im alten Indien.

Eine solche Kur besteht aus vier Mitteln, die die

Funktion des Darmes, der Leber, des Magens und der Niere anregen.

1. **Rasayana Nr. 1** ist eine Kräutertablette, die den Darm anregt und reinigt.
2. **Rasayana Nr. 2**, ebenfalls eine Kräutertablette, die die Curcumawurzel enthält und zur Anregung der Leberfunktion dient.
3. **Ein Spezial-Nierentee** regt die Tätigkeit der Niere an und fördert die Ausscheidung der harnpflichtigen Stoffe.
4. **Die arabische Pflanzenessenz** ist nach einem alten Kräuter-Rezept hergestellt, das Paracelsus nach Europa gebracht hat. Die einzelnen, verwendeten Pflanzen stammen aus dem Nahen und Fernen Osten. Das Mittel übt auf die Magen- und Darmschleimhäute eine gute Wirkung aus.

**Alle vier Mittel** dienen zusammen zur Durchführung einer Art von Frühlingsreinigung, was besonders jenen zugute kommt, die unter Verstopfung und trägem Stoffwechsel leiden, da sie in solchem Falle eine praktische Hilfe sind.

Nach der Rasayana-Kur führen wir noch eine Frühlings-Grünteekur durch, die alsdann doppelt so gut wirkt.

Unser Körper dankt uns mit neuer Lebenskraft, wenn wir ihn ebenso gut pflegen wie unser Auto, dem wir unsere Beachtung schenken, bevor eine Reparatur nötig ist.

---

#### Berichtigung infolge Irrtums

Da die Preisangabe für Sirupe in der Februarnummer mit den heutigen Preisen nicht übereinstimmt, möchten wir nachfolgend die richtigen Preise bekanntgeben.

Spitzwegerich-, Meerrettich-, Löwenzahn- und Santasapina-Sirupe in 200 g Fl. zu Fr. 5.50  
Drosinula-Sirup in 200 g Fl. zu Fr. 6.20

#### Wichtig!

Um bei Korrespondenzen Verspätungen zu vermeiden, wende man sich für **private** Anfragen und Auskünfte an: A. Vogel, **9053 Teufen AR**; für **Wiederverkauf** an: Bioforce AG, **9325 Roggwil TG**. In beiden Fällen sollte man der eigenen Adresse die Postleitzahl des Wohnortes beifügen, da uns dies wesentliche Zeit erspart.