Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 22 (1965)
Heft: 11

Werbung

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: 03.10.2025

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

Bruchband eine gewisse Hilfe zu erwirken.

Vorbeugende Massnahmen

Es ist in jeder Lage gut, zu wissen, wie wir uns gegen irgendwelche störenden Vorkommnisse vorbeugend einstellen können. So ist es auch angebracht, vorbeugende Massnahmen zu ergreifen, wenn eine Operation hinter uns liegt. Eine regelmässige Bauchmassage mit Symphosan trägt zur Stärkung der Bauchmuskulatur sehr viel bei. Sie verhindert nebenbei auch unnötigen Fettansatz. Führt man zugleich ein bis zwei Sitzbäder mit Eichenrindenabsud in der Woche durch, dann unterstützt man die Wirkung der Massage dadurch wesentlich. Auch Gymnastik stärkt die Bauchmuskulatur und macht die ganze Bauchwand widerstandsfähig, wenn man sie vorsichtig durchführt. Gleicherweise verhält es sich mit dem Sport, den man ebenfalls vernünftig betreiben muss, sei es nun Ruder- oder Skisport, denn auf diese Weise kann er als gutes Training zur Stärkung der ganzen Bauchmuskulatur betrachtet werden. Jener, der sich regelmässig einem vernünftigen körperlichen Training unterzieht, ist für Brüche viel weniger anfällig als es jene sind, die sich nur rein geistig betätigen.
Innerlich hat sich die Einnahme von kieselsäurehaltigen Kräutern, wie Zinnkraut und vor allem Galeopsis, gut bewährt. Auch Urticacin, also ein biologisches Kalkpräparat, sollte dabei nicht fehlen.

Hilfe bei Rheumawetter

Über das schlechte Wetter, das uns die letzten Monate beschert haben, ist schon so viel geschrieben und geredet worden, dass es keinen Sinn hat, auch noch in die Klage über das überreichlich gespendete Nass mit einzustimmen. Wenn sich aber Tiefdruck, durchdringender Westwind und nasskalte Atmosphäre bei uns auch dadurch bemerkbar machen, dass uns Neuralgien, Rheuma, Arthritis oder gar Gicht plagen und in der Folge den seelischen Barometer noch tiefer sinken lassen, dann können wir wirklich etwas dagegen unternehmen, wenn wir auch das Wetter selbst nicht ändern können.

Gegen die erwähnten Krankheiten ist man schon von alters her mit den Heilkräften der Selleriepflanze vorgegangen. Der Genuss von Selleriesaft ist besonders wohltuend für die Nieren, denn es wird dadurch eine zu starke Säurebildung im Blut verhindert, da Sellerie basenüberschüssig ist.

Viele können es aus eigener Erfahrung bestätigen, dass sich eine Anlage zu Gicht oder Rheuma durch regelmässige Einnahme von Selleriesaft oft nicht weiter entwickelt. Bereits bestehende Leiden werden zurückgehalten und nicht selten gelingt eine entscheidende Besserung oder gar Heilung.

Wer daher regelmässig Selleriesaft trinkt, kommt in den Genuss dieser Heilwirkungen.

Dreimal täglich vor dem Essen wird ein Gläschen Selleriesaft dazu verhelfen, das «Rheumawetter» besser zu überstehen.

Mme Richard
Pension Végétarienne, Lausanne

Bonne Espérance 15, Telefon 28 71 40
Voranmeldung erwünscht. Samstag geschlossen.
Diät auf Wunsch.

Biotta

Biotta Sellerisaft zur Entschlackung

Ein ausgezeichneter, rassiger Apéritif zur Entschlackung und inneren Reinigung des Körpers.

Biotta Selleriesaft wird aus biologisch gezogenem Sellerie hergestellt und auf natürliche Weise durch Milchsäuregärung (Laktofermentation) haltbar gemacht. Die Vitamine und Wirkstoffe des frischen Sellerie bleiben unverändert; ja, der Gehalt des Biotta-Selleriesaftes wird durch die Milchsäuregärung noch bereichert. Im Biotta Selleriesaft verbinden sich somit die grossen Vorzüge der natürlich gewachsenen Sellerie mit den Wirkstoffen der pflanzlichen Milchsäuregärung.

Deshalb:

Vor jedem Essen ein Gläschen Biotta Selleriesaft

Sie spüren bald die gute Wirkung !

Biotta-Säfte in Reformhäusern, Drogerien und Lebensmittelgeschäften.
Gleich morgen besorgen !

Biotta Gemüsebau AG Tägerwilen TG, Telefon 072 8 01 31

AZ

Ostermundigen

Aus vollem Korn gesundes Brot

Das Korn wird auf der Steinmühle geschrotet und mühlewarm verarbeitet

Unsere Vollwertbrote sollten **nie frisch gegessen** werden, **trocken, kühl und luftig** aufbewahrt **lange haltbar,** erreichen sie erst nach **3—4 Tagen** den geschmacklichen **Höhepunkt !**

A. Vogels Roggen-Zwieback Fr. 1.90

Mineralstoffreicher Roggen, auf der Steinmühle gemahlen, mit Zusatz von Soja, Weizenkeimextrakt (Biogerm), Milchsäure und Meersalz. Die gehaltreiche, schmackhafte, leicht verdauliche Vollnahrung für Kinder, Erwachsene, Touristen und Rekonvaleszente.

NEU!

A. Vogels Flockenschnittbrot Fr. 1.10

Leicht **gemälzter Vollroggen** und **Weizenkeime** sind die **Grundlage** des beliebten Vogel-Schnittbrotes. Dank **würzigem Geschmack** und **leichter Verdaulichkeit** eignet es sich vorzüglich für den **täglichen Bedarf** und **belegte Brötchen.**

A. Vogels Flockenbrot gross Fr. 1.20 klein Fr. —.70

aus dem **vollen** Roggen- und Weizenkorn mit Zusatz von wertvoller, **mineralstoffhaltiger Reiskleie. Milchsäurehaltig,** weil mit **Joghurt** angereichert. Mit **Meersalz gewürzt.** Stets frisch auf der **Steinmühle gemahlen,** mit dem **vollen Fermentgehalt** des Getreidekornes verteigt und im eigenen Dampf gebacken.

Echtes Walliser-Roggenbrot nach A. Vogel Fr. 1.20

Vollroggenschrot mit natürlichem Fluorgehalt, mit **Milchsäure** und **Meersalz** angereichert — das **ganze Korn täglich auf unserer Steinmühle** geschrotet und **sofort verarbeitet !**

A. Vogels Sesambrot Fr. 1.30

Die mineral- und nährstoffreichen kleinen Sesamsamen mit ihrem hohen Gehalt an **hoch ungesättigten Fettsäuren** und **feinen Pflanzenölen,** geben dem Sesambrot den köstlichen Geschmack, der dieses Brot in so kurzer Zeit so beliebt gemacht hat. Mit **Joghurt angereichert** und mit **Meersalz gewürzt.**

Vital-Diät-Brot für Diabetiker nach A. Vogel Fr. 1.40

Ein schmackhaftes, gut verdauliches Brot, speziell für Menschen mit delikater Gesundheit — und für Diabetiker. Seine Bekömmlichkeit und seinen guten Geschmack verdankt es den zahlreich enthaltenen Mineralien und dem mässigen Gehalt an Kohlehydraten.

A. Vogels Früchtebrot Fr. 1.80

Das **volle Korn, naturreine Früchte** und **Nüsse** in eine sehr schmackhafte Form gekleidet, das ist **A. Vogels Früchtebrot.**

Sehr geeignet als **Tourenproviant,** für die **Schule** und als **Zwischenverpflegung** (für z'Nüni und z'Vieri) sowie zum Birchermüesli und statt Schleckereien für die Kinder.

BERN · SA·VITALBROT·AG

VITALBROT AG. 3097 LIEBEFELD-BE

Postfach 2457, **3001 Bern**

Telefon 031 63 37 16