

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 23 (1966)
Heft: 1

Artikel: "Der kleine Doktor" ist grösser geworden
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-969333>

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: 07.02.2026

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

ter Verstopfung leidet, findet im Sauerkraut ein gutes Heilmittel, denn wenn man dieses täglich roh geniesst, kann man dadurch auch eine ziemlich hartnäckige Verstopfung beheben. Auch zur Anregung der Bauchspeicheldrüse hat sich Sauerkraut sehr gut bewährt. Aus diesem Grund vermag es auch die Heildiät des Zuckerkranken zu bereichern. Biosauerkraut, wie auch jedes andere Reformsauerkraut, das den gesundheitlichen Normen entspricht und im Minimum nur 1% Kochsalz enthält, ist auch dem Nierenkranken sehr zuträglich.

Bekanntlich wirkt Sauerkraut auch sehr

gut zur Regenerierung der Darmflora, weshalb es besonders bei Dysbakterie gute Dienste leistet. Auch der Sauerkrautsaft ist in solchem Falle ein vorzügliches Heilgetränk. Man kann sich seine heilsame Wirkung jedoch noch erweitert zunutze machen, indem man diesen Saft als Grundlage zur Bereitung von Salatsaucen verwendet, wozu er sich sehr gut eignet. Ein sorgfältig hergestelltes Sauerkraut, das viel Gewürze, aber im Minimum nur 1% Kochsalz enthält, ist eine sehr empfehlenswerte Heilnahrung, die wir auf keinen Fall unterschätzen sollten.

„Der kleine Doktor“ ist grösser geworden

Ein Mensch mit kleinem Wuchs wird, wenn er erwachsen ist, wohl kaum mehr grösser werden, aber «Der kleine Doktor» hat es gewagt, nochmals zu wachsen, denn schliesslich ist er ja kein Ratgeber, der sich nach den üblichen Gesetzen des Wachstums richten muss. Er kann zunehmen, wenn es die Notwendigkeit erfordert, und da wir ja in Zeiten leben, die eine Mehrung von Krankheiten mit sich bringt, ist es gut, auch die Ratschläge zu mehren. Aus diesem Grunde hat sich daher «Der kleine Doktor» um etwa 100 Seiten erweitert, und in dieser vergrösserten Aufmachung wird er im Februar aus den Druckmaschinen kommen. Es erforderte mehr Zeit und Anstrengung, das ganze Buch zu überarbeiten, als wir glaubten, aber es war bestimmt angebracht, auch neuere Erfahrungen und Beobachtungen beizufügen, denn diese Bereicherung wird manchem zugute kommen. Patienten, Freunden, Bekannten und allen Interessenten einer gesunden Lebensführung wird das Buch im neuen Kleide vermehrte Freude bereiten. War es bis jetzt Hunderttausenden ein guter Berater, so wird es in seiner vergrösser-

ten Gestalt noch weiteren Tausenden in gesunden und kranken Tagen als getreue Hilfe beistehen können. «Der kleine Doktor» mag manchem unserer Leser von den früheren Auflagen her bekannt sein. Viele mögen es vielleicht bedauern, ihn schon zu besitzen, weil sie sich die neue Ausgabe wünschen. Wie wäre es in solchem Falle, wenn man das ältere Exemplar einer unbemittelten Familie zukommen liesse, denn dieses könnte ihr bestimmt noch grosse Dienste leisten? Sich selbst kann man dann mit gutem Gewissen ein Exemplar der Neuauflage leisten. Es wird sich dies bestimmt lohnen.

Obwohl die Herstellungskosten von Büchern allgemein stark gestiegen sind, kostet «Der kleine Doktor» im neuen Kleide mit ungefähr 600 Seiten gleichwohl nur Fr. 22.50. Wer noch vor dem 1. Februar ein Exemplar bestellt, erhält dieses zum Subskriptionspreis von Fr. 21.50. Jede Bestellung, die bis zum 1. Februar beim Verlag A. Vogel, Teufen/AR, eingehet, wird also 1 Franken billiger geliefert als nachher. Sehr beliebt ist «Der kleine Doktor» auch zu Geschenzkzwecken.