

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 24 (1967)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Heilkraft aus dem Meere  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-552030>

### **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:** 29.12.2025

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



Wälder, Bergtouren, die Bewegung und Atmung erfordern, helfen mit, den Körper zu entgiften und das Blut von den Rückständen der Gase zu befreien. Wenn wir diese Vorsichtsmassnahme nicht ergreifen, dann laufen wir Gefahr, dass unser Körper früher oder später einem Versagen zum Opfer fallen wird.

Wohl hat uns die Entwicklung der Technik viele Annehmlichkeiten verschafft, leider mussten wir diese jedoch in Form bedenklicher Luftverschlechterung sehr teuer bezahlen. Zwar besitzt unser Körper eine erfreuliche Anpassungsfähigkeit, und sie würde genügen, wenn die Luft-

verschlechterung nicht allzusehr voranschritte, so schnell, dass sich der Körper den neuen Verhältnissen kaum mehr anzupassen vermag, und das ist tragisch. Das krasse Überhandnehmen solcher Übel verlangt daher von uns vernünftige Überlegung. Warum sollen wir durch Unachtsamkeit unsere Gesundheit gänzlich aufs Spiel setzen? Lassen wir unsere Bequemlichkeit fahren und beginnen wir über das Wochenende in gesunder Wald- und Bergluft wieder zu wandern, dann können uns ungünstige Verhältnisse während der Wochentage weniger schlimm zusetzen.

(Schluss in nächster Nummer)

## Heilkraft aus dem Meere

Je länger ich mich mit den Meerpflanzen befasse, um so mehr bin ich von ihrer starken und tiefgreifenden Wirkungsmöglichkeit überzeugt. Es ist an und für sich schon ein Wunder, dass die Meerpflanzen viel mehr Mineralstoffe enthalten als das Meerwasser. Noch immer ist es der Wissenschaft ein Rätsel, dass das Prinzip der Osmose nicht einen Austausch der Mineralien bis zum genauen Gleichgewicht bewirkt. Nebst dem vorwiegend an Kali gebundenen Jod enthält die Meerpflanze alle bis jetzt bekannten Elemente, und zwar zum Teil in so feiner Verteilung, dass sie als Spurenelemente für Mensch und Tier eine wichtige Rolle spielen können. Nur allzuoft fehlt es auch jenen Menschen, die sich reichlich und gut ernähren, an gewissen Spurenelementen. Sie können essen so viel sie wollen, ohne aus der Nahrung jene Kraft zu ziehen, die sie ziehen könnten, wenn sich bei ihnen nicht ein Mangel an gewissen Elementen vorfinden würde. Dies trifft besonders bei Menschen zu, die infolge ihrer Pflichten so stark beansprucht sind, dass sie sich oft mehr verausgaben, als sie durch die übliche Nahrungsaufnahme ersetzen können. Das hat zur Folge, dass vor allem die Drüsen mit innerer Sekretion mangelhaft zu arbeiten beginnen. Dadurch verliert sich der übliche Schwung und oft sogar die Arbeits- und Lebenslust. Hat der Be-

handler Erfahrung und das notwendige ärztliche Auge, um den Mangel und dessen Ursache zu erkennen, dann ist es leicht für ihn, die richtige Medizin zu verabfolgen. In solchem Falle wirkt die Meerpflanze Kelp, die im Pazifik vorkommt, wie ein Wunder. Sie enthält nämlich gerade die richtigen Mineralien, die nötig sind, um den Mangel, der als Ursache des körperlichen Versagens ausschlaggebend war, zu beheben.

### Zweierlei Beispiele

Bei einem Schweizer, der in Peru sehr erfolgreich tätig ist, machte ich eine solche typische Erfahrung. Obwohl er sich körperlich in einem Tiefstand befand, durfte er dies nach aussen hin nicht merken lassen. Glücklicherweise hatte ich noch Kelptabletten bei mir und konnte ihm davon abgeben. Schon die erste Tablette verwandelte sein Empfinden so sehr, dass er mir anderntags freudig mitteilen konnte, es handle sich da um eine Wundermedizin, denn er sei wie ein anderer Mensch geworden. Die Einnahme von täglich einer Tablette genügte auch fernerhin, um die Leistungsfähigkeit zu halten. Nach einigen Monaten wird das Mittel nicht mehr nötig sein, weil der Körper den Mangel aufgeholt haben wird.

Es mag alsdann einige Zeit vergehen, bis sich bei gleichbleibender Ernährung und



Tätigkeit der Mangel erneut bemerkbar machen wird, so dass das Mittel wieder wird aushelfen müssen.

Wenn Kelp ohne weiteres sofort positiv wirkt, weist der Patient meist einen gemüthlichen Puls auf. Seine Augen sind eher etwas matt, ohne besonderen Glanz, mit einem oft müden Ausdruck. Anders verhält es sich indes bei Menschen, bei denen eine Überfunktion der Schilddrüse vorliegt. Einer Peruanerin verschaffte ich wunschgemäss zu Versuchszwecken ebenfalls einige Tabletten Kelp, vergass aber, eine leichte Überfunktion der Schilddrüsen zu beachten, denn in solchem Falle besteht meist eine grosse Überempfindlichkeit, so dass Kelp nur potenziert, also verdünnt oder abgeschwächt eingenommen werden sollte, weil es dann trotz dem Zustand ebenfalls ausgezeichnet wirken kann, während es bei voller Dosis zu heftig angreift, wodurch das körperliche und seelische Gleichgewicht bedenklich gestört wird, was starke Erregungszustände bewirken kann. — Bei familiär-gesellschaftlichem Zusammensein stellt man sich nicht immer so ohne weiteres auf persönliche Einzelheiten ein, wie dies bei einer regelrechten Beratung geschieht. Die ungewollte Reiztherapie klang zwar verhältnismässig rasch ab und die Lehre, die sich daraus ergab, wird keine Wiederholung mehr zur Folge haben.

Wenn Meerpflanzen auch völlig ungiftig sind, können sie doch sehr starke Reaktionen auslösen, und zwar vor allem bei Überfunktion der Schilddrüse. Verstärkt sich diese Überfunktion wesentlich, dann führt sie zur Basedowkrankheit, deren besonderes Merkmal auffallend grosse oft sogar hervorstehende Augen mit starkem Glanze sind. Infolge dieses Symptoms heisst diese Erkrankung auch Glotzaugenkrankheit. Der Puls ist dabei etwas schnell und meist nervös. Das seelische Empfinden ist schwankend und gerät leicht aus dem Gleichgewicht. Auch wenn die Überfunktion der Schilddrüse nur leichter Art ist, weist sie doch immer einen gesunkenen Kalkspiegel im Blute auf, denn der Zustand verbraucht viel Kalk.

Ein gutes Kalkpräparat wie Urticalcin ist notwendig, wie auch viel kalkhaltige Nahrung, Weisskrautsalat, Erdbeeren, Feigen und anderes mehr.

### **Einsatz im Alltag**

Ich schätze, dass mehr als 50% der heutigen Menschheit Meerpflanzen als Nahrungs- und Heilmittel nötig haben. Dies trifft vor allem auf jene zu, die im Inneren eines Kontinentes, also fern von der Meeresküste leben. Bei diesen wird es gut sein, das Gesamtempfinden und die optimale Leistungsfähigkeit durch Meerpflanzen auf der Höhe zu halten. Vor allem enthält Kelp kleine Spuren von Mineralstoffen, und zwar vormerklich Jodkali. Die Zufuhr dieser Stoffe bewirkt eine bessere Funktion der Keimdrüsen, der Schilddrüse und anderer endokriner Drüsen, was sich auf das Gesamtfinden vorteilhaft auswirkt. Nebst den Kelptabletten genügen für den Alltag noch jene Mengen an Meerpflanzen, die sich in Herbamare, Kelpamare und Herbaforce vorfinden. Auch sind heute Teigwaren mit Meerpflanzenzusatz erhältlich, denn die Firma Cereales aus Frankreich hat ebenfalls den Vorteil, der durch zusätzliche Bereicherung unserer Nahrung mittels Beigabe von Meerpflanzen erlangt wird, nicht nur erkannt, sondern durch ihre Erzeugnisse auch verwirklicht.

Das Meer ist tatsächlich eine unerschöpfliche Vorratskammer von lebenswichtigen Nährsalzen wie auch von Eiweiss. Es ist nicht ausgeschlossen, dass das Meer mit seinem Reichtum an Meertieren eine grössere Eiweissproduktion besitzt als das gesamte Festland. Da täglich Nährsalze, also Mineralbestandteile, tonnenweise durch die Flüsse ins Meer gespült werden, ohne je wieder auf das feste Land zurückzukehren, besitzt das Meer einen immer grösser werdenden Vorrat an lebenswichtigen Mineralbestandteilen. Diese Nährsalze sollten uns daher für die Zukunft sowohl als Nahrungsbestandteile, wie auch als Düngemittel dienen können, denn dies wird für uns von viel grösserer Bedeutung sein, als wir bis jetzt ahnen.



Vergegenwärtigt man sich die Auswertung der Reserven, die uns die Meere zu liefern vermögen, dann wird auch die Furcht vor der Überbevölkerung der Erde

eher verschwinden, denn die Angst, dass daraus Hungersnöte entstehen könnten, wird sich nicht mehr ohne weiteres begründen lassen.

### Rocoto und die Milz

Europäer fühlen sich in Südamerika mehr oder weniger als Landsleute und begegnen sich daher gerne, um sich über die europäische Heimat zu unterhalten. So suchte mich in Lima ein Ingenieur, der schon Jahrzehnte zuvor ausgewandert war, zu sprechen, denn er hatte erfahren, dass ich mich für Heilpflanzen interessiere. Da er auf diesem Gebiet interessante Erfahrungen gesammelt hat, erzählte er mir folgende Geschichte aus dem Leben eines seiner Bekannten. Dieser hatte ein schweres Milzleiden, ob als Folge von Malaria oder einer anderen Tropenkrankheit ist mir nicht bekannt. Da er immer mehr abschwachte, entschloss er sich, in Europa Hilfe zu suchen. Ein Spezialarzt im Tessin führte zwar eine teure Behandlung durch, doch blieb sie leider ohne Erfolg, denn es trat keinerlei Besserung ein. Der Kranke fuhr nun nach Hamburg, wo er sich im Tropeninstitut meldete. Dort wies man ihn jedoch ohne jegliche Umschweife ab, weil ihm nicht mehr zu helfen sei. Er wurde deshalb aufgefordert, nach Hause zurückzukehren, um dort zu sterben. Diese Offenheit kostete ihn wenigstens nichts, nicht so aber der vorangegangene Versuch in der Schweiz, der ihn völlig nutzlose Kosten verursacht hatte. Sichtbar enttäuscht kehrte der Kranke nach Peru zurück, überzeugt, dass seine Tage gezählt seien. Aber da trat eine plötzliche Wendung für ihn ein, denn ein Indianer, der die Inkamedizin kannte, überreichte ihm eine Frucht, die wie eine Paprikaschote aussieht, jedoch den Na-

men Rocoto trägt. Täglich ass er davon und fühlte sich nach kurzer Zeit gesundheitlich wesentlich besser. Einige Wochen später war das schwere Leiden überhaupt vollständig verschwunden, und dies dank der heilkräftigen Wirksamkeit, die durch die Rocotofrucht auf die erkrankte Milz ausgeübt werden konnte. Jahre sind seither vergangen, und der einst völlig aufgegebene Mann erfreut sich trotz beruflich angestrenzter Tätigkeit immer noch bester Gesundheit. Dieser Erfolg beeindruckte den Ingenieur, der mir davon erzählte, seinerzeit so sehr, dass er seither diese Rocotofrucht täglich in vorbeugendem Sinne zur Reinigung der Milz morgens nüchtern genießt. Das hat zur Folge, dass er sich gesundheitlich stark und beruflich stets leistungsfähig fühlt, obwohl er angestrengt tätig ist. Dies ist allerdings nicht sehr verwunderlich bei seinem regelmässigen Genuss von Rocoto, denn dadurch können auch Kreislaufstörungen behoben werden, sowie Entzündungen, die durch eine Infektion in Erscheinung treten.

Wenn man bedenkt, dass die Natur Pflanzen für uns hervorbringt, die sowohl schwere Leiden ausheilen, als auch in vorbeugendem Sinne wirksam sein können, dann verdienen diese bestimmt unsere volle Beachtung. Wir sollten jegliches Vorurteil gegen sie fallen lassen und viel eher andersartige Heilmittel einschränken. Was liegt mehr auf der Hand, als dass die Natur, dem unser Körper entstammt, auch die richtigen Heilstoffe für uns bereithält.