

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 25 (1968)  
**Heft:** 2

**Artikel:** Interessante Beobachtungen  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-551850>

### **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:** 22.02.2026

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



Weise zu helfen. Auch andere natürliche Hilfsmassnahmen können wir durch ungeschickte Einmischung wesentlich stören oder ihre günstige Auswirkung verhindern.

Wir sollten uns, um unserem Körper besser dienen zu können, daher etwas mehr Mühe geben, und ihn eingehender studie-

ren. Dabei müssen wir lernen, seinen natürlichen Forderungen betreffs Ernährung, Bewegung und Ruhe Rechnung zu tragen. Wenn wir in der Hinsicht Sorgfalt an den Tag legen, dann werden wir dadurch das Wunder der automatischen Regulierung von Gesundheit und Lebensfrische an uns erleben können.

## Interessante Beobachtungen

Aus dem Leserkreis ging uns folgender Bericht ein: «Es war vor etlichen Jahren. Wir pflanzten jedes Jahr Karotten, und das Kraut gaben wir Nachbars Ziegen, die darauf erpicht waren. Leider wurden die Karotten von Würmern befallen. Jemand riet uns, die Erde vor dem Ansäen mit «Oktamel» zu behandeln. Das versuchten wir mit einem Beet für die späten Karotten. Als wir die frühen Karotten abgeerntet hatten, gaben wir wie üblich das Kraut wieder den Ziegen. Als wir aber die späten Karotten aus dem Versuchsbeet ernteten, verweigerten die Tiere das Kraut.

Man hatte somit den Beweis, dass Chemikalien, in diesem Falle Gifte, von den Pflanzen aufgenommen werden trotz allem Bestreiten der chemischen Fabriken, der Bauern und Gärtner. Dass chemische Dünger und Insektizide von den Kühen durch die Nahrung aufgenommen werden und in die Milch gelangen, darf angenommen werden.»

Dieser Bericht ist nicht nur interessant, weil er das instinktive Unterscheidungsvermögen der Ziegen zeigt, sondern weil er vor allem auch noch eine eigenartige Feststellung ermöglicht, dass nämlich Ziegen ein Futter, das durch Chemikalien geschädigt ist, viel besser unterscheiden können, als dies den Kühen möglich ist. Auch die Schafe sind in der Hinsicht, wie die Ziegen, besser befähigt, bekömmliche Nahrung von schädigender zu unterscheiden, wenn es sich dabei um den ungünstigen Einfluss von Chemikalien handelt.

Auf alle Fälle beweist die erwähnte Beobachtung, dass chemische Stoffe, mit denen man Insekten auf den Leib rückt, nicht im Boden bleiben, sondern von den

Pflanzen aufgenommen werden. Wie gut wäre es für uns Menschen, wenn wir noch den gleich unverdorbenen Gaumen hätten wie die Ziegen, weil wir dann solch geschädigte Karotten auch nicht mehr essen würden. Bei Kartoffeln, die man gegen den Kartoffel- oder Koloradokäfer gespritzt hat, kann man einen unangenehmen Geschmack feststellen. Es ist anzunehmen, dass Gemüse, das man auf solche Weise behandelt hat, für uns bestimmt nicht gesund ist und sogar Krankheiten auslösen kann. Leider ist es oft nur etwas schwer, den genauen Beweis zu erbringen. So sprechen beispielsweise Drüsen auf chemische Gifte sehr stark an. Wie aber will man beweisen, dass man solchen Giften am Entstehen von Drüsengeschwulsten die Schuld zuschreiben sollte? Bestimmt könnte man jedoch manche Nahrungsmittelvergiftung eher aufdecken, wenn unsere Geschmacksnerven ebenso gut testen würden wie jene, die den Ziegen zur Verfügung stehen.

### Unschädliches Mittel gegen Karottenfliegen

Im Zusammenhang mit dem soeben besprochenen Bericht möchte ich noch eine weitere Beobachtung erwähnen, denn ich machte die Erfahrung, dass ein sehr einfaches Mittel bei mir die Karottenfliegen vertrieb. Seit ich dieses nämlich auf meinen Kulturen anwende, sind diese lästigen Fliegen, die bekanntlich ihre Eier in die Karotten ablegen, was eine wurmige Ernte zur Folge hat, verschwunden. Es handelt sich dabei um Meeralgenmehl, das womöglich durch seinen Jodgehalt die Insekten fernhalten kann. Zu diesem Vor-



teil gesellt sich noch eine bessere Ernte, weil Meeralgen wie ein Aktivator dynamisch auf die Entwicklung und das Wachstum der Pflanzen einwirken, was

nicht nur eine grössere Ernte, sondern auch einen besseren Geschmack bei den so gewonnenen Erzeugnissen zur Folge hat.

## Finnland

Vor vielen Jahren hat mich meine Entdeckerfreude nach Finnland geführt. Meine verschiedenen Wanderungen durch all die Wälder, an Flüssen und Seen vorbei, hat mich damals sehr beeindruckt. Ganz fremd fühlte ich mich in diesen Gegenden nicht, denn ich fand viele Pflanzen, die mir wie gute Freunde vertraut und bekannt waren. Nebst Beeren und Heilkräutern waren es vor allem die Moose und Moorpflanzen, die mich interessierten und ebenso die Wälder mit ihren Tannen, Fichten, Lärchen und Birken.

Mein ganz besonderes Augenmerk galt indes auch der Sauna, was ja ohne weiteres begreiflich ist, denn Wasseranwendungen sind immer von besonderem Interesse für mich. Allerdings lernte ich diese Sauna schon kennen, lange bevor ich mit ihr in Finnland vertraut werden konnte. Dies war beim Besuch einer finnischen Kolonie in Brasilien. Dort hatte ich Gelegenheit, mich erstmals einer echt finnischen Sauna zu erfreuen. Nur die Abkühlung hat in diesem tropischen Klima nicht ganz geklappt, weil der Urwaldfluss, in dem wir nach der Sauna badeten, über 20 Grad C aufwies.

Sehr erfreut hat es mich, in Finnland viele Menschen kennen zu lernen, die sich für gesunde Ernährung und Lebensweise interessieren. Andererseits musste ich aber leider auch feststellen, dass viele Finnländer, verursacht durch falsche Ernährung, schon Zivilisationsschäden erlitten haben.

Vor allem findet man unter den Kindern die sogenannten Lymphatiker, die einen Mangel an Kalk und Vitamin D aufweisen, weshalb demzufolge auch der Zustand ihrer Zähne nicht mehr einwandfrei ist.

Die Zahnkaries fand also auch in Finnland ihre Ausbreitung wie bei unserer Schweizer Jugend, die die gleichen Mängel zu verzeichnen hat. Eine Ausnahme weisen bei uns einige Walliser Täler auf, in denen man noch das dunkle Walliser Roggenbrot isst. Bekanntlich verschafft dieses genügend Mineralstoffe, vor allem Kalk und Fluor, was zur Erhaltung guter Zähne notwendig ist. Es ist daher von grossem Vorteil, wenn diese wichtigen Stoffe dem Körper durch die tägliche Nahrungsaufnahme regelmässig zukommen.

Nach meinen Beobachtungen gibt es trotz der vorzüglichen Sauna auch in Finnland ebenso viele Rheuma- und Arthritiskranke wie bei uns in der Schweiz. Man vertauschte alte, bewährte Lebens- und Essensgewohnheiten mit moderner, raffinerter Zivilisationsnahrung und störte somit das biologische Gleichgewicht im Körper. Auch die starke Ausbreitung von Krebs sollte uns veranlassen, unsere Ernährungs- und Lebensweise zu überprüfen. Seit einem Vierteljahrhundert bringen die «Gesundheits-Nachrichten» dem Schweizervolk Berichte über Erfahrungen und Forschungen auf dem Gebiete der Gesundheitspflege, der Diät-nahrung und pflanzlichen Hilfsstoffe als Ergänzungsnahrung. Schon seit einiger Zeit ist diese Zeitschrift auch in holländisch und französisch erschienen, und von nun an wird sie auch dem finnischen Volke in seiner eigenen Sprache zur Verfügung stehen. Dadurch wird sie sich auch in Finnland zum Wohle der Volksgesundheit auswirken können, was ich als freundschaftliche Pflicht am Mitmenschen betrachte.