

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 25 (1968)
Heft: 6

Artikel: Zellschädigende Strahlen
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-552626>

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: 24.02.2026

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

würde er abschwachen, und als Folge könnte ein Muskelschwund entstehen. Bei vernünftigem Sport können sich die Muskeln durch stetes Training bekanntlich stärken, und gleichzeitig kann auch das Herz dadurch mitgestärkt werden. Wenn wir daher in vernünftigem Masse wandern und mit richtiger Atemtechnik Berge besteigen, dann können wir damit rechnen, dass unser Herz kräftiger und leistungsfähiger wird, als wenn wir, wie die sogenannten Bücherwürmer, blosse Stubenhocker sind. Mit zunehmendem Alter mögen die Muskeln weniger Spannkraft mehr besitzen. Ganz gleich mag es sich auch mit dem Herzmuskel bei älteren Menschen verhalten, denn er kann weniger mehr beansprucht werden und kann deshalb auch leichter ermüden. Aus dieser Feststellung erklärt sich der Umstand, dass beim Sport die Jungen mehr leisten können als die Senioren.

Diese Tatsache müssen wir unbedingt in Betracht ziehen, wenn wir altern. Das ist möglich, wenn wir unserem Muskel-system, also auch dem Herzen, im Alter etwas mehr Aufmerksamkeit und Pflege entgegenbringen. Es bedeutet dies nun aber nicht, regelmässiges Wandern und vernünftigen Sport mit dem Altern aufzugeben, denn dies wäre gänzlich verkehrt. Im Gegenteil, man hat im Herbst des Lebens Bewegung und Atmung am notwendigsten. Muskeln und Herz müssen nämlich erstens in möglichst elastischem Zustand erhalten bleiben, und zweitens muss man auch die wichtige Frage des Gewichts beachten, denn man sollte dieses stets in vernünftigem Rahmen zu halten suchen, da jegliches Übergewicht dem Herzen schadet.

Zellschädigende Strahlen

Kürzlich fand ich in der amerikanischen Presse einen bemerkenswerten Artikel. McNamara soll nämlich gesagt haben, dass die Russen mit 18 der modernsten Atombomben in einer Nacht mehr als 120 Millionen Amerikaner töten könnten. Das würde somit von 100 Amerikanern

Heilsame Naturmittel

Es gibt auch Pflanzen, die mithelfen, die Herzmuskeln zu pflegen. Dies gilt auch für die Pflege der Herzgefäße und der Herznerven, über die wir ein anderes Mal berichten werden. Es handelt sich bei diesen Pflanzenmitteln hauptsächlich um Extrakte aus Arnika-Wurzeln, aus dem Weissdorn, aus Cactus grandiflorus, aus Avena sativa, aus dem homöopathischen Spigelia und anderem mehr. Ein wunderbares Herztonikum, das gerade aus solchen Pflanzenextrakten besteht, ist das Cardiaforce. Dieses vermag besonders betagten Menschen zur Kräftigung des Herzens dienlich zu sein. Von vielen älteren Leuten erfuhr ich, dass ihnen die tägliche Einnahme von ein wenig Cardiaforce sehr zustatten kam, da sie dadurch das Nachlassen der Leistungsfähigkeit zu überbrücken vermochten, denn viele Jahre hindurch konnten sie infolge der erwähnten Hilfe noch arbeiten und durchhalten. Fühlt man sich einmal richtig müde, abgespannt und erschöpft, ohne die Ursache dieses Zustandes zu kennen, dann kann ein solch natürliches Tonikum äusserst dienlich sein.

Wer seinen Körper kennt und versteht, weiß auch, was für sein Herz erforderlich ist. Er wird im richtigen Augenblick eine Anstrengung vermeiden und die notwendige Ruhe einschalten. Anderseits wird er aber auch nicht träge und bequem werden, denn im ausgeruhten Zustand muss er für vernünftige Bewegung und Atmung besorgt sein. Wer sich so einstellt, wird in einfachen Naturmitteln eine zusätzlich Stärkung finden, so dass er später nicht auf starke, chemische Präparate angewiesen ist.

60 treffen. Etwa 60 Millionen würden demnach überleben, aber durch die furchtbaren Geschehnisse mehr oder weniger strahlengeschädigt sein. McNamara ist bekanntlich ein gut unterrichteter Militärfachmann, und als solcher gibt er den geschädigten Überlebenden die tröstliche

Aussicht, dass ihnen der Endsieg gleichwohl gesichert sei, und zwar trotz dem Umstand, dass die amerikanischen Atombomben als Vergeltung in einer Nacht nur 90 Millionen Russen töten könnten, weil diese eben nicht so dicht zusammenwohnen wie die Amerikaner.

Welch schöne Aussicht in ironischem Sinne bietet uns da die hochentwickelte Technik als Errungenschaft des menschlichen Geistes! Zugegeben, es mag viel Mühe und Arbeit dahinter stecken, aber mit welcher Kaltblütigkeit muss solche Wirksamkeit durchgeführt werden, wenn sie eine solch gewaltige Vernichtung in nur einer Nacht zur Folge haben kann! Der Schutz des einen erfordert die Vernichtung des andern! Wie töricht zu glauben, dass solche Angriffe und Vergeltungsmassnahmen gefestigten Frieden schaffen könnten. Würde die Menschheit das Gebot der Nächstenliebe wirklich aufrichtig erwägen und entsprechend beachten, würde jegliche Anstrengung, die zur Vernichtung führt, dahinfallen. Die 210 Millionen Menschen, sowohl Amerikaner als auch Russen, die nach neuzeitlichem Vernichtungssystem also im Laufe zweier Nächte ausgelöscht werden könnten, hätten allerdings den tröstlichen Vorteil, dass ihnen der Tod leicht gemacht würde, während jene Überlebenden, die von den Strahlenschäden getroffen würden, langsam und erfahrungsgemäß meist qualvoll zugrunde gehen müssten.

Mit klarer Überlegung der verantwortlichen Politiker mag zwar ein solch totaler Krieg nicht ausgelöst werden, wiewohl nervliches Versagen dazu gleichwohl die Veranlassung geben könnte! Immerhin ist auch diese verhindernde Möglichkeit keineswegs beruhigend. Allerdings lassen die biblischen Bilder, die in Gleichnissen über die Auswahl von Weizen und Scheinweizen sowie über die Scheidung von Schafen und Böcken am Ende einer Weltordnung sprechen, eine bessere Schlussfolgerung zu, denn bei einer Massenvernichtung könnte sich unter der Menschheit keine Auswahl durchsetzen. Wenn daher nach göttlichem Beschluss nur das Verwerfliche verschwinden soll,

wird auch die göttliche Allmacht menschlicher Willkür entgegentreten müssen. Das ist bestimmt eine Aussicht, die trostvoller ist und zur Besinnung mahnt. Einen Atomkrieg verhindern zu können, liegt nicht in der Macht des Menschen, wohl aber in der Allmacht dessen, der sein erschaffenes Besitztum bewahren kann und will.

Strahlenschutz für heute

Wir sollten nun aber nicht vergessen, dass bereits jetzt die immer stärker werdenden radioaktiven Strahlen auf direktem oder indirektem Wege unsere Körperzellen immer mehr schädigen können. Je nach unserer persönlichen Empfindlichkeit können uns diese für Blut-, Muskel-, Drüsen- und Knochenkrebs empfänglich machen. Uns vor diesen Einwirkungen nach Möglichkeit zu schützen, ist eine Aufgabe, der wir uns nicht durch Gleichgültigkeit entziehen sollten. Die Erfahrung zeigt, dass säureüberschüssige Nahrung, also Fleisch, Eierspeisen und Käse wie auch künstliche Süßigkeiten nebst Weissmehlprodukten die Anfälligkeit fördern, während basischüberschüssige Nahrung, demnach vor allem rohe Früchte und Frischgemüse, einen Schutz gegen zellschädigende Strahlungen bieten. Alle sogenannten anticancerogenen Stoffe können gegen Strahlenschäden schützen, wohingegen cancerogene, also krebserregende Stoffe die Empfindlichkeit auf radioaktive Strahlen vergrößern. Wenn wir physikalische Apparate, die den pH-Wert des Blutes und der Zellen messen und somit auch die Wasserstoffionenkonzentration einzelner Körperteile oder Organe testen können, zur Prüfung beziehen, dann werden wir immer ein Absinken nach der sauren Seite feststellen, insfern Krebs in Frage kommt, während normal entzündliche Herde ein Abweichen nach der basischen Seite zeigen.

Erfolgreich können sich nebst der Ernährung auch gewisse Medikamente auswirken. Dies ist der Fall bei Anwendung von Mistel (*Viscum album*), bei Pestwurz (*Petasites off.*), Osterluzei, *Hydrastis cana-*

densis, Conicum maculatum, Echinaforce, Urticalcium sowie Molkosan (rechtsdrehende Milchsäure). Da diese Mittel anticancerogen wirken, können sie die Widerstandsfähigkeit des Körpers gegenüber radioaktiven Einflüssen und entsprechenden Strahlen stärken und vergrößern.

Wir sind dankbar, wenigstens bereits etwas zu kennen, das wir gegen die heute schon wirksamen Strahlen nutzbringend anwenden können. Hoffentlich müssen wir nie nach Mitteln suchen, um sie gegen Atombombenschäden anwenden zu müssen.

Brustgeschwulste

Wenn ich Frauen über Verhärtungen oder Knotenbildungen an der Brust klagen höre, vernehme ich in der Regel immer wieder, dass die Ursache hiervon auf viele Jahre zurückreicht und von einem Schlag auf die betroffene Brust herrührt. Dies möchte in den Badeferien geschehen sein, indem ein Spielring aus Hartgummi, vielleicht auch ein harter Ball die ungeschützte Brust getroffen hat. Auch eine übermüdige Schneeballschlacht könnte Urheber des Unheils gewesen sein, denn nicht jeder Schneeball ist so weich, dass er keinen Schaden anrichten könnte. Man kann sich aber auch bei Hausgeschäften, vor allem bei den Putzarbeiten durch Un geschicklichkeit an einer Tischkante stossen. Besondere Vorsicht ist auch zur Winterszeit bei Eis und Schnee geboten, denn wie leicht besteht da die Möglichkeit, auszuleiten, unglücklich hinzufallen und mit der Brust gegen einen harten Gegenstand zu stossen. Obwohl der nachfolgende Schmerz ziemlich lange andauern kann, ist man in der Regel doch dazu geneigt, sich mit dem Gedanken zu trösten, diese Störung werde mit der Zeit schon von selbst wieder vergehen. Es kann jedoch 4 bis 5 oder gar 7 bis 10 Jahre gehen, bis wir oder der Arzt plötzlich eine Verhärtung feststellen können. Der nächste Weg führt alsdann vom Arzt zum Chirurgen, damit dieser entscheiden kann, welche Bewandtnis es mit der unliebsamen Erscheinung haben mag, und von seinem Standpunkt aus schlägt er dann meistens die radikalste Lösung, die der Operation, vor.

Die allgemeine Angst vor Krebs mit all seinen Folgen ist sogar bei den Ärzten heutzutage so gross, dass sie Patientinnen selbst bei der kleinsten Verhärtung

oder einem Knoten bereits schon dem Chirurgen überweisen. Der Chirurg oder Spitalarzt soll feststellen, ob es sich um eine Zyste, eine gelosenartige Muskelverhärtung oder vielleicht schon um eine Krebsgeschwulst handelt. Bestimmt ist die Verantwortung des Arztes gross, weshalb er die endgültige Entscheidung gerne jenem überlässt, den er als befähigter betrachten mag. Was nun den gewandten und berufstüchtigen Chirurgen anbetrifft, liegt diesem womöglich eine saubere Operation und eine schöne Narbe mehr am Herzen als die Psyche einer Frau. Besonders wenn diese noch verhältnismässig jung ist, sollte hingegen auch ihr seelischer Zustand Beachtung finden.

Wie steht es nun aber mit den Ärzten, die auf Ganzheitsmedizin eingestellt sind? Bietet ihnen die Art ihrer Denkweise nicht eine wesentliche Erleichterung? Man möchte dies vielleicht voraussetzen, aber es ist selbst für diese Ärzte nicht leicht, da sie ihrerseits sehr darauf bedacht sein müssen, nicht etwa die richtige Zeit des Eingriffs zu verpassen, was unerwünschte Folgen nach sich ziehen könnte. Umgekehrt ist aber ebenso zu grosse Voreiligkeit durch chirurgisches Eingreifen, bevor die Diagnose überhaupt sicher feststeht, ein gewisser Kunstfehler, der sich für eine Frau tragisch auswirken kann, wenn sie darüber Bescheid erhält.

Naturmittel und vorbeugende Massnahmen

Glücklicherweise kennt man heute Naturheilanwendungen, um gewöhnliche Geschwulste, selbst wenn sie von entzündlichem Charakter sind, wieder zurückzubilden. Es handelt sich dabei vor allem um Echinaforce, Wallwurz, Petasites, Mi-