

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 25 (1968)
Heft: 8

Artikel: Zucker
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-553093>

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: 24.12.2025

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

Wasserquellen aus der Wüste und der Steppe hervorbrechen werden, voraus sehend spricht, verbindet er diese beglückende Begebenheit auch mit dem dadurch entstehenden Wechsel im Pflanzenreich, denn er erwähnt, dass sich die Wüste und das dürre Land freuen und die Steppe aufblühen würde wie eine Narzisse. Je nach den vorhandenen Mineralien, die sich alsdann durch den Wasserreichtum im Boden nutzbringend werden lösen können, wird sich auch die Pflanzenwelt zu entwickeln vermögen. Natürlich könnte heute schon in der Hinsicht durch Geschicklichkeit und

Fleiss in Anwendung technischer Möglichkeiten viel erreicht werden, wenn nur das moderne Kriegshandwerk nicht im Wege stehen würde, verschlingt dieses doch wie beispielsweise in Vietnam und durch die unermüdlichen Rüstungsbemühungen jene Mittel, die sich zum Aufbau segensreich auswirken könnten. Nun, so lange die Wüsten in ihrem Zustand verbleiben, wird sich auch die dortige Pflanzenwelt auf ihre Weise behelfen müssen, indem sich einzelne Pflanzengruppen strichweise nach den gebotenen Lebensverhältnissen bald da, bald dort ansiedeln und durchzuhalten suchen.

Zucker

Immer wieder wiesen wir im Laufe der Jahre darauf hin, wie nachteilig der weisse Zucker für unsere Gesundheit ist. Auch der Rohzucker, der bereits mit Kalkmilch bearbeitet wird, ist nicht das, was wir aus dem Zuckerrohr erhalten sollten. Die Indianer bereiten einen Rohzucker, den sie Pilosillo nennen zu. Dies wäre das richtige Muster, das wir in genügend grossen Mengen sollten einführen können. Aber gerade daran hapert es, denn die Indianer finden es nicht für nötig, mehr Ware herzustellen, als sie für ihren eigenen Bedarf gebrauchen. Suchten wir auch schon jahrelang genügende Mengen dieses Zuckers bei uns einzuführen, ist dies leider doch noch nicht gelungen, wenn schon die Bemühungen nicht völlig aussichtslos sein mögen. Unserer Gesundheit würde es bestimmt zugute kommen, wenn es gelingen würde, diesen Zucker für die Schweiz in genügenden Mengen zu beschaffen.

In der Praxis haben wir mit weissem Zucker interessante Erfahrungen machen können. Bei Nierenkranken, die durch den Genuss von weissem Zucker immer Schmerzen erhielten, verschwanden diese regelmässig, wenn die Kranken den weissen Zucker und die daraus hergestellten Zuckerwaren völlig ausschalteten. Auch Menschen mit Kalkmangel müssen sich nicht wundern, wenn sie auf weissen Zucker und weisse Zuckerprodukte sehr schlecht ansprechen, da ihre Zähne ja

ohnedies schon in unerfreulichem Zustand sein mögen, und natürlich lässt auch ihr Knochenbau sehr zu wünschen übrig. Es ist daher umständlicher äusserst zu begrüssen, wenn besonders unsere kleinen Schleckmäulchen, die gerne etwas Süßes geniessen, nicht auf Zuckergüter, die aus weissem Zucker hergestellt sind, angewiesen sind. Nach meinen Anregungen hat die Vitalbrot AG nun ein Birnenbrot hergestellt, das keinen Industriezucker enthält und völlig naturrein ist. Ausser Birnen, Weinbeeren, Nüssen wird zu seiner Herstellung Vollkornmehl verwendet, und gesüßt ist es nur mit Honig.

Bei den Birnen, die zur Anwendung gelangen, handelt es sich um die dunkeln, die nach alter Bauernart getrocknet sind. Man legte diese Trockenbirnen früher in Wein und verwendete sie erfolgreich bei Blutarmut. Die Weinbeeren sind unbehandelt. Sie beschaffen uns den wertvollen Traubenzucker. Baumnüsse wirken günstig auf die Darmtätigkeit. Auch der Leber sind sie bekömmlich. Bereits erwähnten wir neben dem natürlichen Trauben- und Fruchtzucker auch noch den Honig, der das Süßen vervollständigt. Ein solches Birnenbrot stillt das Süßigkeitsbedürfnis und ist daher besonders für die Kinder günstig. Es eignet sich infolgedessen ausgezeichnet als schmackhafte Zwischennahrung in den Schulpausen.