

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 26 (1969)  
**Heft:** 1

**Artikel:** Tormentavena und Alfavena  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-969216>

### **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:** 24.04.2026

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

bis 40 Grad sollen dadurch äusserst günstig beeinflusst werden, weshalb Frau R. bei Grippe und anderen Infektionskrankheiten immer zu diesem Mittel griff. Selbst bei Lungenentzündung hatte sie guten Erfolg damit. — Nach dem Krieg leistete diese Mandelmilchkur auch einem Mädchen aus dem Ausland, das Frau R. in Obhut genommen hatte, wunderbare Dienste. Während dreier Monate erhielt es zum Frühstück frisch zubereitete Mandelmilch und erholte sich dabei so gut, dass laut Untersuchung schon nach drei Wochen ein Fleck auf der Lunge verschwunden war. Die übrigen Mahlzeiten bestanden aus vegetarischer Kost.

Wir selbst haben die Mandelmilch besonders für Milchschorfkinder empfohlen. Neuerdings verschreibt man solchen Kindern allerdings noch Sojamilch im Wechsel mit der Mandelmilch, damit sie genügend wertvolles Eiweiss erhalten. Nach dem Abstillen gesunder Kinder kann man vorteilhaft auch zur Mandelmilch, statt zur Kuhmilch übergehen.

#### **Schwitzkuren besonderer Art**

Gleichzeitig mit der Mandelmilchkur führt Frau R. nach folgendem Rezept auch noch eine originelle Schwitzkur durch. Der Kranke wird im Bett warm eingepackt, doch die Füsse hängt er ausserhalb des Bettes in einen Kübel, der mit sehr heissem Wasser gefüllt ist, und

zwar so heiss, dass der Patient es gerade noch ertragen mag. Die aus dem Bett hängenden Beine werden noch mit Wolldecken gut zugedeckt, wobei man auch den Wasserkübel gut einschliesst, damit die Wärme schön beisammengehalten wird, und der sich entwickelnde Wasserdampf nicht entweichen kann. Der Kranke trinkt zu Beginn der Schwitzkur noch einen halben Liter Lindenblütentee. Dies alles trägt dazu bei, dass er gründlich schwitzen kann. Nach ungefähr einer halben Stunde ist denn auch das Bett nassgeschwitzt und bedarf neuer Betttücher. Inzwischen wird der Patient kurz in ein heisses Bad gesteckt, gebürstet, gut trockenfrottiert und erneut ins Bett befördert. Bei Durstgefühl erhält er den Saft einer frisch ausgepressten Grapefruit. Am nächsten Morgen bekommt er zum Frühstück Mandelmilch, die mit etwas Honig gesüsst wird, sobald die Fieber auf 37,5 Grad gesunken sind.

Solcherlei Erfahrungen mögen bestimmt manchen Leser anspornen. Wohl sind solche Fieberbehandlungen mit etwas mehr Mühe verbunden, als wenn man bequemlichkeitshalber zu Mitteln greift, die nur dazu dienen, die Fieber zu erdrosseln, statt sie auf natürliche Weise gründlich auszuwerten. Wahrlich, die Mühe lohnt sich, denn nach überstandener Krankheit fühlt sich der Genesene rasch wieder leistungsfähig und frisch und hat sich nicht über zurückgebliebene Schädigungen zu beklagen.

### **Tormentavena und Alfavena**

Es gibt viele Patienten, die unter allen Umständen jede Bluttransfusion ablehnen, und zwar aus Gewissensgründen. Wenn sich nun solche Kranke einer Operation unterziehen sollten, bei der die Gefahr grösseren Blutverlustes besteht, lehnen die Ärzte in der Regel die Operation ohne Bluttransfusion ab. Dies ist noch vermehrt der Fall, wenn bereits vor der Operation starke Blutungen stattgefunden haben.

#### **Sprechendes Beispiel**

Von einer Patientin in Australien ist uns bekannt, dass sie infolge eines Myoms in der Gebärmutter so starke Blutungen erhielt, dass sie dadurch besinnungslos wurde. Sie musste deshalb ins Krankenhaus verbracht werden. Ihr Arzt, der ihren Glauben respektierte, hätte sie gerne ohne Bluttransfusion operiert, doch weil die Kranke zuviel Blut verloren hatte, konnte er im Augenblick nichts

unternehmen, denn die Zahl der roten Blutkörperchen war sehr niedrig. Als ihre Freundin über die Umstände Bescheid erhielt, eilte diese mit Tormentavena und Alfavena ins Krankenhaus. Der Arzt äusserte schwere Bedenken und die Nachtschwester glaubten, die Kranke müsse sterben. Aber die Hilfe, die diese durch Tormentavena erhielt, stillte das Bluten, und Alfavena half das Blut wieder aufzubauen, so dass nach Verlauf einer Woche, zusammen mit Frucht- und Gemüsesäften, das Hämoglobin wieder auf 84 war. Der Arzt, der nun die Operation ohne Bluttransfusion vorzunehmen wagte, kam nicht aus dem Staunen heraus. Die Patientin überstand die Operation so gut, dass sie bald wieder aus dem Krankenhaus entlassen werden konnte. Natürlich war sie mit ihrer Freundin und den Angehörigen zusammen sehr erfreut, dass die geeigneten Naturheilmittel rechtzeitig zur Verfügung standen, um mit Erfolg eingesetzt werden zu können.

#### **Erfreuliche Wendung in Ärztekreisen**

Sicher ist es wunderbar, dass einfache Naturheilmittel schwierige Zustände in verhältnismässig kurzer Zeit wieder in

Ordnung bringen können. Es ist gut, wenn die Ärzte da und dort gute Erfahrungen damit machen. Auf diese Weise erwirbt sich die Pflanzenmedizin, also die Phytotherapie immer mehr und mehr Anhänger unter den Ärzten. Wenn auch bei uns in der Schweiz noch verhältnismässig viele Ärzte die Pflanzenheilkunde ablehnen, weil sie ihr die Erfolgswerte absprechen, gibt es dafür in Deutschland eine um so grössere Anhängerschaft. Diese Ärzte haben denn auch viele erfreuliche Erfolgsberichte zu verzeichnen, wodurch sie angespornt sind, auf dem eingeschlagenen Weg weiterzufahren. Es ist ja auch erstaunlich, dass ein einfaches Mittel aus der Blutwurz als erstklassiger Blutstiller eingesetzt werden kann, um selbst in schwierigen Fällen zu sofortigem Erfolg zu führen. Alfavena ist ein Blutbildungsmittel aus Alfalfa oder Luzernaklee, aus Brennesseln und dem Saft der blühenden Haferstaude. Zum Bilden von Hämoglobin ist dieses einfache Naturheilmittel ganz hervorragend. Man sollte es deshalb blutarmen und bleichsüchtigen Kindern in Verbindung mit Urticalcin unbedingt verabreichen, bevor man zu Eisentabletten und ähnlichen Mitteln greift.

### **Moderne Pflanzenheilkunde**

Vor Jahren besuchte ich in Südamerika einen Kräuterheilkundigen und war sehr beeindruckt über seine reichhaltige und schön geordnete sowie genau beschriftete Sammlung getrockneter Heilkräuter. Auch in Afrika erlebte ich einmal etwas Ähnliches, als ich auf einem Markt der Eingeborenen einer grossen, stämmigen Negerin gewahr wurde. Behäbig sass sie hinter ihrem Stand, der schön geordnete Kräuter, Wurzeln und Knollen aufwies. Einige der Pflanzen kannte ich, und als ich der Besitzerin des Standes erklärte, welche günstige Wirkung diese und jene besitzen, war sie erfreut und erstaunt zugleich, denn von einem Weissen hatte sie kein solches Interesse und noch weniger solche Kenntnisse erwartet. Die Kräuterkunde mag so alt sein wie

die Menschheit, und Menschen, denen gesundheitlich etwas fehlte, mochten schon sehr frühe die innewohnende Heilkraft verschiedener Pflanzen entdeckt und verwertet haben. Auch bei den Tieren konnte man damals schon feststellen, dass sie sich instinktiv den Kräutern zuwandten, wenn ihnen etwas fehlte. Jahrtausende hindurch waren die Heilkräuter deshalb wohl auch die naheiegendste Hilfe für Mensch und Tier, und man war gewohnt, damit die verschiedensten Störungen und Krankheiten zu beheben. Nach und nach führten die gesammelten Beobachtungen und Erfahrungen denn auch zu einer reichhaltigen Erkenntnis auf dem Gebiet der Heilkräuter, und immer besser wusste man über ihre Anwendungsmöglichkeiten Bescheid.