

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 26 (1969)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Günstigere Lebensbedingungen  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-969239>

### **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:** 03.05.2026

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

nem Gebiet mit kalkreichem Wasser, wie wir dies in Juragegenden antreffen, oder in einem Bergtal, dessen Wasser frei von Kalk ist, weil es zwischen Granitgebirgen liegt. Bestimmt spielt das kalkhaltige Wasser eine gewisse Rolle. Vor allem erfahren Hausfrauen, die im Juragebiet leben, dass ihr Kochgeschirr immer Kalk ansetzt. Wollen sie es möglichst mühelos reinigen, dann müssen sie Hagebuttenkernlitée darin kochen und über Nacht stehen lassen. Bei starkem Kalkansatz muss man dieses Verfahren öfters wiederholen. Wer jedoch im Granitalpengebiet heimisch ist, kennt das Ansetzen von Kalk überhaupt nicht, und selbst die getreue Wasserkasserolle bleibt stets blitzblank. Trotz stetem Gebrauch ist sie daher immer glänzend, und es ist angenehm, dass es keine Mühe kostet, sie in diesem Zustand zu erhalten.

Es ist nun aber so, dass dieser Kalk mit dem Zahnstein nichts zu tun hat. Ob sich an den Zähnen Zahnstein bildet oder nicht, hängt vollständig von der Zusammensetzung des Speichels ab. Wer daher eine Neigung zu Zahnsteinbildung besitzt, ist auch im Granitgebirge mit seinem äusserst weichen Wasser vor dem erwähnten Übel nicht gefeit, weshalb er dort, wenn er Zahnstein ansetzt, auf keinen Fall behaupten kann, das Wasser sei schuld daran.

Wichtig ist beim Bekämpfen der Zahnsteinbildung die Zahnpaste, die wir verwenden. Nicht jede ist geeignet, dem Übel erfolgreich entgegenzuwirken. Wenn uns daher unsere Zahnpasta nicht die gewünschten Dienste leistet, müssen wir uns nach einer anderen Hilfe umsehen, und diese finden wir in der konzentrierten Milchsäure, wie wir sie im Molkosan antreffen. Wir werden demnach täglich unsere Zähne mit einem in Molkosan getauchten Tüchlein einreiben. Mit dieser Pflege können wir erfolgreich gegen den bestehenden Zahnstein vorgehen, während wir gleichzeitig in der Lage sind, auch weiteren Ansatz von Zahnstein zu verhindern. Dieses Vorgehen hat zudem noch den Vorteil, eine Menge unerwünschter Bakterien zu vernichten. Da dadurch vor allem auch die Fäulnisbakterien günstig bekämpft werden können, ist eine solche Behandlung auch in diesem Sinne sehr zweckdienlich, gefährden doch gerade diese Bakterien die Zähne sehr. Man kann also zwei Fliegen auf einen Schlag treffen, was bei der Zahnpflege sehr zu schätzen ist. Womöglich entnehmen auch jene, die keine Zahnsteinbildung kennen, dem gegebenen Rat den Ansporn, doch hie und da diese Behandlung um allfälliger Bakterien wegen vorzunehmen.

### Günstigere Lebensbedingungen

Wir wundern uns oft darüber, wenn wir feststellen können, dass Schweizer Kinder, die auf einer Farm, abseits von den verkehrsreichen Strassen im warmen Kalifornien aufwachsen können, in der Regel grösser und stärker werden als ihre Eltern. Das mag nach unserer Schlussfolgerung vormerklich am günstigen Klima liegen. Die Eltern selbst sind zwar oft eher der Meinung, dass Bauernkinder in der Schweiz den Vorzug reichlicher Nahrung weniger nutzniessen könnten als die Auswanderer nach Übersee. Das mag vielleicht in manchen Fällen zutreffen, besonders da, wo die Eltern früher noch in der Lage waren, auf ihrer Farm nach gesund-

heitlichen Grundsätzen schalten und walten zu können.

Schon oft haben wir aber auch von älteren Leuten Bericht erhalten, dass ihnen ihr Aufenthalt in warmen Landgebieten, fern vom schädigenden Einfluss verschiedener Industrien, sehr zugute gekommen ist, besonders, wenn sie einen eigenen Garten besaßen und diesen nach biologischen Grundsätzen bebauen konnten. Eine Schweizerin, die früher Buchhalterin in Zürich war, lebt heute in Texas. Sie ist vor vielen Jahren ausgewandert und erzählt uns, sie sei jetzt 87 Jahre jung und fühle sich sehr gut. So gut habe sie sich nicht gefühlt, als sie 35 Jahre alt

gewesen sei. Unter diesen Umständen kann man allerdings begreifen, dass sie sich trotz ihrem hohen Alter noch nicht alt, sondern jung fühlt. 35 Jahre zuvor besuchte sie in Kalifornien eine Schule, um die Zubereitung von Rohkost und Rohsäften zu erlernen. Seither ernährt sie sich auf diese Weise und schreibt ihr Wohlbefinden vormerklich ihrer rohen Ernährung zu, denn sie kann in der warmen Gegend ihr Gemüse im eigenen Garten selbst ziehen, was bestimmt ein Vorteil ist. Obschon sie vor zwei Jahren in die Schweiz zurückkehren wollte, verzichtete sie darauf, weil ihr der Arzt davon abriet, und zwar dieses Vorteiles wegen, den sie im wechselnden Klima der Schweiz nicht würde geniessen können. Schon 50 Jahre weilt diese Schweizerin nun am gleichen Ort. 12 Jahre zuvor war ihr Mann gestorben, der teilweise nach

ihrem Ernährungsstandpunkt gelebt hatte, nur nicht gar so strikte, aber immerhin war er 86 Jahre alt geworden. Da die verheiratete Tochter in 1700 Meilen Entfernung wohnt, ist die alte Mutter allein, erhält aber trotz ihrem Alter von, wie erwähnt, 87 Jahren noch Heiratsanträge, auf die sie jedoch nicht eingehen will, weil sie ihre gesunde Lebensweise nicht aufs Spiel setzen möchte. Sie findet, dass selbst Männer, die erst 60 Jahre zählen, oft kränklich seien, weil sie zu viel essen und zu wenig gut kauen. So müsse sie halt allein bleiben, meint sie mit gesundem Humor. Da nun auch «Der kleine Doktor» bei ihr eingekehrt ist und sie gleich noch die «Gesundheits-Nachrichten» abonniert hat, kann sie sich noch manche Ratschläge aneignen, die ihr gesundheitlich dienen können.

### Aus dem Leserkreis

#### Behebung von Kalk- und Vitamin-D-Mangel

Frau W. aus U. schrieb uns im Laufe des Winters: «Sie haben unserem 2 $\frac{3}{4}$ jährigen Bublein 1 Flasche Vitaforce geschickt. Dieses Präparat, eingenommen mit Urticalcin-Tabletten, hat Wunder gewirkt. Unser Kind hat sich in allen Teilen gut entwickelt, ebenso ist die Stuhlentleerung ganz normal geworden. Ich danke Ihnen für Ihre Mühe herzlich.»

Es braucht oft nur wenig, um den mangelnden Fortschritt erreichen zu können. Ein Mangel an Kalk kann mit Urticalcin günstig behoben werden, wenn gleichzeitig auch dem Vitamin-D-Mangel ge-

steuert wird, denn zum Aufnehmen von Kalk benötigt der Körper dieses Vitamin, das uns vor allem Lebertran oder entsprechende Präparate wie Vitaforce beschaffen können.

#### Zur dringlichen Beachtung!

Um Versandverzögerungen verhindern zu können, bitten wir, alle Privatbestellungen und Anfragen direkt nach Teufen zu richten, da Roggwil nur für den Engrosbetrieb zuständig ist.

Biologische Heilmittel GmbH  
A. Vogel, 9053 Teufen AR

#### Biochemischer Verein Zürich

##### Öffentlicher Vortrag mit Lichtbildern

Mittwoch, den 19. März 1969, 20 Uhr, im hinteren Saal des Restaurants Karl der Grosse, Kirchgasse 14, Zürich.

Es spricht **E. Ammon, La Neuveville BE**, prakt. Psychologe und Lebensberater, über

#### Das Geheimnis eines gesunden und langen Lebens!

Wie man Stoffwechselkrankheiten und Kreislaufstörungen beheben kann. Kernfragen des Lebens. Organische Funktion und Leistungskraft. Gesundheit und menschliches Verhalten im modernen Leben. Die Bedeutung der Fermente, der Gärstoffe und der vitalen Nährwerte in der Nahrung.

**Eintritt:** Mitglieder Fr. 1.—, Nichtmitglieder Fr. 2.—.