Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 26 (1969)
Heft: 9

Artikel: Eine erfolgreiche Naturreisdiät
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-969290

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: 13.12.2025

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

40 Jahren überschritten haben und allen Frauen, die 50 oder mehr Jahre alt sind, ist die Befolgung der gegebenen Ratschläge sehr zu empfehlen, da dies die Bewahrung vor Herzinfarkten zu ermöglichen hilft. Im Grunde genommen sind die erforderlichen Einschränkungen sehr bescheiden. Wer sich einmal an sie gewöhnt hat, empfindet sie nicht mehr als Last. Schon aus Liebe zur eigenen Familie sollte man sich den schützenden Massnahmen unterziehen. Man wird sich und seinen Angehörigen dadurch viel Unheil und Leid ersparen können, auch bietet es eine grössere Genugtuung, sein Lebenswerk in vorgerücktem Alter beenden zu können, statt dieses durch den jähen Herzinfarkttod unfertig unterbrechen zu müssen. Das Sprichwort: «Wer nicht hören will, muss fühlen», gilt vor allem auch bei dieser Krankheit, weshalb eine vorbeugende Aktion dagegen bestimmt angebracht ist.

Eine erfolgreiche Naturreisdiät

Empfehlungen sind doppelt günstig, wenn Beweise ihrer Erfolgsmöglichkeiten vorliegen. Da wir im vorangehenden Artikel über vorbeugende Aktion die Naturreisdiät wärmstens empfohlen haben, möchten wir nachfolgend einen erfolgreichen Bericht für sich sprechen lassen, denn entsprechende Erfolge sind immer anspornend, erlangt man dadurch doch meist die Zuversicht, dass sich die empfohlene Mühewaltung lohnen wird. Am Ende des vergangenen Monats Juni sah sich Frau H. aus S. veranlasst, uns eine erfreuliche Beobachtung mitzuteilen. Das Schreiben lautete wie folgt: «Als grosse Anhängerin Ihrer ‚Gesundheits-Nachrichten' möchte ich Ihnen doch auch einmal eine freudige Mitteilung zukommen lassen. In unserem Hotelbetrieb arbeitet schon seit 14 Jahren eine Serviertochter, die 42 Jahre alt ist. Seit längerer Zeit litt sie an zu hohem Blutdruck. Ärztliche Behandlung war erfolglos. Auf Anraten von Bekannten machte diese Tochter eine Reiskur, indem sie zum Mittagessen nur Vollreis, zum Nachtessen Birchermüesli und zum Frühstück Vollkornbrot, Butter, Honig und mit Wasser verdünnte Molke genoss.

Neben dieser Diät nahm diese Angestellte noch täglich 4 Kelpasantabletten ein sowie zusätzlich Ihre beiden Venenmittel Hyperisan und Aesculus hippocastanum. Innert zwei Monaten hat sich der Blutdruck von 200 auf 150 gesenkt, auch hat diese Tochter 5 kg abgenommen, die Beine sind schlanker geworden, sie hat kein Kopfweh mehr und während der Periode ist das Spannen in der Brust verschwunden. Ob diesem Erfolg in so kurzer Zeit war ich selbst ganz überrascht. Ich versprach der Tochter, Ihnen aus Dankbarkeit diesen freudigen Erfolg mitzuteilen. Zusätzlich darf ich noch bemerken, dass sich diese Tochter während der Kurzeit immer wohl fühlte und dies trotz strenger Arbeit. Auch ist sie glücklich, dass sie abgenommen hat, da sie doch zu rundlich war. Sie führte diese Reiskur natürlich noch weiter durch. Immer wieder wird man davon überzeugt, dass die Natur der beste Arzt ist!» – Dass die Schreiberin dieses Berichtes dieser Überzeugung gemäss für sich selbst getreulich naturgemässer Lebens- und Heilweise Folge leistet, beweisen ihre weiteren Zeilen. Obwohl sie erklärt, dass ein Hotelbetrieb viel verlange, lässt sie sich doch nicht davon abhalten, sich richtig zu pflegen, ja sie führt sogar jeden Tag Kaltwasseranwendungen nach Kneipp durch. Die vor Jahren bei ihr abgehaltenen Vorträge begeisterten sie jeweils dermassen, dass sie solche noch gut in Erinnerung hat. Auch das ist erfreulich, zeugt es doch davon, dass hilfreiche Ratschläge auf guten Boden fallen können.