

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 27 (1970)
Heft: 1

Artikel: Zuckergehalt im Blute
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-969573>

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: 29.12.2025

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

ner Tochter, und da ich sie nicht wegwerfen wollte, hiess ich meinen Chauffeur anhalten, wonach wir uns beide, er und ich, an den Rand des Weges setzten, um zusammen die gesamte Frucht zu essen. Das war als Tagesdosis natürlich zuviel, besonders, da es schon dem Abend entgegenging. Ich war denn auch bis zur Schlafenszeit lebendig, und, wie man sagt, quietschvergnügt. Als Folge konnte ich natürlich lange nicht einschlafen. Ich begriff die Behauptung der Malaien, dass Durian die jugendliche Kraft lange erhalte. Sie empfehlen daher auch, regelmässig kleine Mengen von dieser Frucht zu geniessen, weil man sich dadurch länger der Jugendfrische erfreuen könne. All dies, verbunden mit den eigenen Erfahrungen, veranlasste mich, dieser interessanten Urwaldfrucht vermehrte Aufmerksamkeit zu schenken.

Sinnvolle Verwertung

Aber die Aufmerksamkeit alleine genügte nicht, denn wie sollte man diese Früchte überhaupt bekommen können, um sie einem unserer Stärkungs- und Nahrungsmittel beizugeben? Das war die schwierige Frage, die zu lösen war. Einer meiner Bekannten, der schon lange in jener tropi-

schen Gegend lebt, war so liebenswürdig, mir beim Lösen dieses Problems behilflich zu sein. Da er mit den Einheimischen in gutem Einvernehmen lebt, kann er entsprechende Bezugsquellen auswerten. Wir versuchten dann durch leichtes Eintrocknen das Fruchtfleisch im eigenen Zucker haltbar zu machen, was uns auch gelang. Es ist nun möglich, während der Erntezeit Hunderte von Kilogramm auf diese Weise zuzubereiten, worauf sie in luftdicht verschlossenen Gefässen nach der Schweiz und nach Australien geschickt werden. Dort erfolgt die weitere Verarbeitung, denn die kompakte Fruchtmarkmasse muss nun mit Milchzucker zusammen zu einem Granulat umgewandelt werden. Durch diese Beigabe wird das Vogel-Vollwertmüsli gehaltlich und geschmacklich wesentlich bereichert. Ausser in der Schweiz wird diese Müesliart auch noch in Australien zubereitet, weil Transport und Einfuhrzoll das Produkt für jenen Kontinent zu teuer werden liesse. — Dies nun ist die Geschichte, die erklärt, wie diese tropische Frucht den Weg aus dem Tropenwald des Fernen Ostens in die Schweiz gefunden hat, um als Bestandteil des Vogel-Vollwertmüsels zu dienen.

Zuckergehalt im Blute

Aus Paraguay ging folgende Frage ein: «Möchte anfragen, was jemand essen soll, wenn er bezüglich Zuckergehalt im Blute einen Stand von 115 aufweist und 120 das Maximum darstellt? Im Urin ist bei der betreffenden Person kein Zucker vorhanden. Sie fühlt sich sonst wohl und ist schon seit langem Vegetarier, wohl mehr noch Rohköstler.» —

Unser Rat lautete, dass bei solch hohem Zuckergehalt im Blute wenig Zucker und Stärke eingenommen werden sollte, dafür aber viel Gemüse und Salate. Fett muss man in solchem Falle nebst dem Fleisch völlig meiden, was einem Vegetarier ja nicht schwer fällt. Alle Milchsäureprodukte sind dagegen sehr gut. Vorteilhaft ist auch die Einnahme von Papayaforce.

Da in Paraguay jedoch die Papayapflanze gedeiht, kann man regelmässig etwas Papayakerne oder auch ein kleines Stück von einem Papayablatt essen, was der Bauchspeicheldrüse und somit dem Gesamtzustand zugute kommt.

Gesucht für biologischen Gartenbau und Heilkräuterkulturen tüchtiger **Gärtner** ab Februar/März 1970. — Offerten sind zu richten an Biologische Heilmittel A. Vogel, 9053 Teufen AR

Biochemischer Verein Zürich

Einladung zur Generalversammlung:
Mittwoch, 21. Januar, 20 Uhr, im Restaurant Rütli, Zähringerstrasse 43.

Der Vorstand hofft auf ein zahlreiches Erscheinen.