

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 27 (1970)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Das Allheilmittel gegen Rheuma  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-969594>

### 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>**

### **Wenn sich der Wertmesser ändert**

Früher traf man bei den Negern in Afrika schöne, runde Lehmhäuser an, die teils mit einem Bambus- oder Holzgeflecht verstärkt waren. Die dichten Strohdächer dienten, wie die Dächer aus Palmzweigen, zum Schutz gegen starke Regengüsse. Noch heute sind solche Wohnstätten da vertreten, wo die Bevölkerung noch nicht zu sehr dem Einfluss des weissen Mannes erlegen ist. In der letzten September-Nummer zeigte unser Titelbild eine Siedlung solcher Bauten. Sehr unangenehm mutet es aber beispielsweise in Südwestafrika an, wenn aus armseligen, kleinen Wellblechhäusern die stattlichen Gestalten von Hererofrauen auftauchen. Welch ein Widerspruch zu deren Bedürfnis, immer noch in der festlichen Tracht der alten Kaiserzeit zu erscheinen und dabei so erbärmlich zu wohnen! – Gerade so abstossend mutet es uns auch an, wenn der Indianer sein schönes Dach aus geflochtenen Palmläppern oder aus Stroh mit Blech oder Wellblech vertauscht. Das ist nicht nur hässlich anzusehen, sondern schützt auch nicht vor der Hitze des Tages noch vor der Kühle der Nacht. Aber sowohl der Neger als auch der Indianer sind dem höheren Lebensstandard der Weissen immer mehr hörig.

Sie verlieren dadurch den gesunden Sinn der Anpassung an die Natur und stellen das Verlangen, mehr zu sein und zu gelte, der Vernunft voran. Es gibt sogar leider schon viele Eingeborene, die ihre Hütte dem ungesunden Wohnen im Zementblock vorziehen würden, wenn sie durch eine solche Änderung eine höhere soziale Stellung anzeigen könnten. In solchem Falle spielt alles andere keine Rolle mehr. Bald sind daher viele Vertreter von Naturvölkern ebenso töricht wie die Weissen, die der Mode und einer gewissen Zweckmässigkeit gesundheitliche Überlegungen ohne Bedenken zu opfern vermögen. Nur jene Völker, die völlig abgesondert leben, mit der Zivilisation also nicht in Berührung kommen, können wie zuvor naturverbunden bleiben. Gewisse hygienische Vorkehrungen mögen ihnen allerdings dadurch nicht zugute kommen, aber dafür haben sie auch die Nachteile, die oft noch mehr ins Gewicht fallen, nicht in Kauf zu nehmen. Als man den Zement noch nicht kannte, baute man auch bei uns auf gesunde Art mit Holz, Natursteinen oder Backsteinziegeln. Allerdings waren damals auch bei uns die vielen angenehmen sanitären Einrichtungen von heute noch nicht bekannt, und doch lebte man gesünder als im Betonbau.

### **Das Allheilmittel gegen Rheuma**

Wie dankbar wären die Millionen und Abermillionen Kranker, die an Rheuma leiden, wenn es ein Allheilmittel gegen diese schmerzhafte Krankheit gäbe. Vor allem ist Rheuma eine jener schwierigen Krankheiten, bei der man die Grundursachen, also die Umstände, die zur Erkrankung führten, behandeln muss. Diese Feststellung wird uns am ehesten klar, wenn wir einige Rheumaheilungen betrachten.

#### **Erfolgreiche Behandlungsweise**

Eine junge Frau, die auf Rheuma sehr anfällig war, da sie beim geringsten Luftzug kleinen Erkältungen unterlag und infolge-

dessen oft unter akuten Schmerzschüben zu leiden hatte, folgte willig den gegebenen Anordnungen und Ratschlägen. Die Mühe lohnte sich, denn der Erfolg blieb nicht aus. – Da die Leukozyten im Blut immer erhöht waren, war es angebracht, nach dem Fokalherd zu suchen, und dieser wurde in der Folge auch bei den Zähnen gefunden. Während der Behandlung beseitigte der Zahnarzt zwei Granulome und ersetzte die Amalgamfüllungen durch Goldfüllungen. Durch dieses Vorgehen war auch die Ursache des zeitweilig auftretenden dumpfen Kopfwehs behoben, so dass es sich in Zukunft nicht mehr zeigte.

Auch die Ernährung erfuhr eine Änderung, indem sich die Kranke auf lacto-vegetarische Kost umstellte und wöchentlich einen Safttag einschaltete. Dieses ausschliessliche Fasten mit rohen, frischgepressten Gemüse- oder Fruchtsäften ist nicht nur entlastend, sondern kann sich auch sehr heilsam auswirken. Linosan half die mangelhafte Darmtätigkeit verbessern, auch musste die Kranke lernen, langsam zu essen, gut zu kauen und sowohl feste Speisen als auch Getränke gründlich zu durchspeichern. Zur bessern Ausscheidung harnpflichtiger Stoffe trank die Patientin täglich einen halben Liter Nierentee mit 40 Tropfen Nephrosolid. Eine weitere tägliche Notwendigkeit waren die heißen Duschen, die jeden Morgen zu erfolgen hatten zusammen mit kräftigen Bürstenabreibungen während der Wassereinwirkung und nachträgliches Einreiben des ganzen Körpers im täglichen Wechsel mit Symphosan und Toxeucal-Einreibeöl. Ein halbes Jahr nach gewissenhafter Durchführung der Vorschriften fühlte sich die Patientin völlig frei von Rheumaschmerzen. Natürlich war sie beglückt, wieder gesund zu sein und erneut ihr geliebtes Wandern und den Skisport betreiben zu können.

### **Tapferkeit lohnt sich**

Einem weiteren Erfolg begegnen wir bei einem älteren Mann, dessen Hoffnung, sein Rheuma loszuwerden, sehr klein war, hatte er doch schon allzuviiele Mittel geschluckt und umsonst Bäder- und Kuranstalten besucht. In der Jugendzeit hatte er einmal die Füsse erfroren, weshalb der Kreislauf in den Beinen seither gestört war. Da der Kranke zudem ein starker Raucher war, half auch dieser Umstand zur Verengung der Blutgefäße mit. Des weiteren sprach er dem Alkohol etwas mehr zu, als weise gewesen wäre, und zwar hielt er sich vor allem an sehr saure Weissweine. Seine Ernährung war zu eiweissreich und zu fetthaltig, weshalb der Blutdruck viel zu hoch war.

Unter solchen Umständen war der Patient mit seinen schädigenden Bedürfnis-

sen schwerer zu behandeln als das Rheuma selbst, denn er hatte allzu viele Änderungen der Lebensgewohnheiten vorzunehmen. Zuerst musste eine Verständigung mit der Frau getroffen werden, damit sie an Stelle von Fett und Eiweiss mehr Gemüsenahrung und Salate beschaffte. Langsam musste sie auch das Salz und die scharfen Gewürze abbauen. Sie ging geschickt vor, so dass sie mit der Zeit sogar einen Saftfasttag einschalten konnte, was sie wöchentlich möglichst regelmässig durchzuführen suchte.

Um den Kreislaufstörungen erfolgreich begegnen zu können, musste der Kranke täglich Wechselbäder durchführen. Eine wöchentliche Saunaanwendung half in der Hinsicht mit, den Zustand zu verbessern. Gleichzeitig trug er auch zur Ausscheidung der zurückgestauten Stoffwechselschläcken fördernd bei. Der Kranke unterzog sich auch gerne der täglichen Durchführung heißer Duschen nebst Massagen mit Einreibeöl und Symphosan, denn er empfand diese Anwendungen als angenehm und hilfreich. Auch gegen die regelmässige Einnahme der angeordneten Nierenmittel zur Anregung der Nierentätigkeit erhob er keinen Einwand. Anders war es um die Abgewöhnung des Alkoholgenusses und des Rauchens bestellt. Auf diesen Gebieten haperte es schwer. Ein äusserst akuter Schmerzanfall trug indes zu besserer Einsicht bei, und zwar besonders, weil der Anfall mit Hilfe einer Ameisensäureinjektion beseitigt werden konnte. Das Vertrauen in die natürliche Heilmethode wuchs dadurch wesentlich. Der Kranke liess sich demzufolge zu einer Kompromisslösung betreffs der Einschränkung des Alkoholgenusses gewinnen. Täglich durfte er zum Mittagessen ein Glas Rotwein trinken, was dazu beitrug, auf weiteren Alkohol, vor allem auf Weisswein, zu verzichten. Damit war schon ein schöner Vorsprung gewonnen. Härter ging es mit dem Verzicht auf das Rauchen, aber dennoch befolgte der Patient den einfachen Rat, immer einige getrocknete Weinbeeren in der Tasche beizuhalten, um von Zeit zu Zeit eine der

Beeren, die naturrein, also ungeschwefelt sein mussten, zu kauen. Auf diese Weise gewöhnte sich der Kranke allmählich, wenn auch schweren Herzens, das Rauchen gänzlich ab. Sein Durchhalten lohnte sich allerdings, denn wie gross war die Freude, als er nach acht Monaten feststellen konnte, dass die letzten Plageleister seines Rheumas verschwunden waren! Solch ein Durchhalten ist bestimmt lobenswert, muss doch der Kranke mit entschlossener Tapferkeit gegen die Macht

eingefleischter Gewohnheiten beharrlich vorgehen, ohne dabei sicher zu sein, dass ihm der Erfolg gewiss ist. Aus diesem Grunde muss auch jener, der ihn behandelt, viel Geduld üben und immer wieder bejahende Beeinflussung einsetzen. Doch er kann dies besser als der Kranke, verfügt er doch über genügend Erfahrung, die ihm immer wieder bewies, dass ein Rheuma durch Ganzheitsbehandlung zum Verschwinden gebracht werden kann.

### Nervenschwäche als Ausbeutemöglichkeit

Als ich vor einiger Zeit mit einem Vertreter der chemischen Industrie zusammenkam, besprachen wir unter anderem auch die Rentabilität verschiedener Medikamentengruppen. Ich konnte mich während des Gespräches vergewissern, dass es nicht etwa die Mittel für Herz, Leber, Niere oder andere Organe und Krankheiten sind, die der chemischen Industrie die grossen Gewinne einbringen, ja nicht einmal die Vitaminpräparate sind dabei ausschlaggebend, sondern es sind dies die Beruhigungs- und seelischen Umstimmungsmittel, die im englischen Sprachgebiet als Tranquillizer bekannt sind. Diese sind es, die das erwähnte Millionengeschäft einbringen. Eines der bekanntesten dieser Mittel mag bei uns Librium sein. Der Mitarbeiter der chemischen Fabrik erklärte mir, dass ungefähr 20 Prozent aller Medikamente Beruhigungsmittel seien. So ist also unter den Tausenden von chemischen Heilmitteln jedes fünfte Medikament zur Beeinflussung der Nervenschwäche hergestellt worden. Als ich mir dies überlegte, erschien es mir fast unwahrscheinlich zu sein, dass sich so überaus viele Menschen solch heimtückischer Mittel bedienen, um sich über ihren wahren Zustand hinwegtäuschen zu lassen. Das ist allerdings schlimm, sehr schlimm.

#### Risiko statt Heilung

Wohl mag der Arzt unter Umständen eingehend genug warnen, dass zu grosse Do-

sen das Herz angreifen und schädigen können, insbesondere bei längerer Einnahme, die zu tiefgreifendem Schaden führen kann, leider aber hören nicht alle Patienten auf ihn. Eine genügend grosse Anzahl von ihnen ist von der Einnahme solcher Mittel förmlich abhängig, wenn nicht sogar süchtig auf sie. Es mag vorkommen, dass ein Arzt aus Bequemlichkeit Librium verordnet, weil er vielleicht nicht genügend Zeit hat, um sich eingehend mit dem körperlich-seelischen Geschehen des Kranken zu befassen. Wenn er daher zur rein symptomatisch stimulierenden Beeinflussung greift, kann dies womöglich für den Augenblick ein Trost bedeuten, aber es handelt sich dabei leider um keine Heilung. Im Gegenteil, der Patient hat mit verschiedenen Risiken und späteren Nebenwirkungen zu rechnen, auch setzt er sich der Gefahr aus, sich zu sehr an solche Mittel zu gewöhnen, so dass er bei jeder Gelegenheit immer wieder nach ihnen verlangt. Er verliert zudem noch den einsichtsvollen Wunsch und das Bedürfnis, seinem Nervenzustand auf natürlichem Wege Heilung zu verschaffen, indem er sich von der Abhängigkeit betäubender Mittel befreit und sich grundlegend anstrengt, wieder einen gesunden Zustand zu erlangen. Geschickte Psychotherapie kann zur richtigen Einsicht verhelfen und einige gute natürliche Nervenmittel, die aufbauend wirken, vermögen den Zustand nicht nur zu überbrücken, sondern bei genügend Ausdauer