

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 27 (1970)  
**Heft:** 12

**Artikel:** Angina  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-969672>

#### **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:** 23.02.2026

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

## Was unser Umschlagbild erzählt

Wenn man in San Franzisko vom schönen Golden-Gate-Park aus nach Norden in die Readwoodwälder fahren will, gelangt man über die Golden-Gate-Brücke, die eine Länge von mehr als 1 km aufweist. Würden wir einen Amerikaner über diese Hängebrücke ausfragen, dann erhielten wir als erstes die Auskunft, dass sie in den Jahren von 1933–37 erbaut worden sei und schon damals 35 Millionen Dollar gekostet habe. Die Drahtseile sind über  $\frac{1}{2}$  m dick und werden von Türmen getragen, die 250 m über den Wasserspiegel des Kanals ragen. Von diesem Kanal wissen wir, dass er die San-Franzisko-Bay mit dem Pazifik verbindet. Franz Drake mag in der Mitte des 16. Jahrhunderts der erste weisse Mann gewesen sein, der die Einfahrt in die Bucht erlebt hat. Erst zwei Jahrhunderte später haben die spa-

nischen Eroberer die Indianer von diesem Flecklein Erde, das damals noch romantisch schön war, vertrieben. Heute surren täglich Zehntausende von Autos über diese Brücke und füllen die Luft mit Autogasen und mit all der Hast und Unruhe des modernen, technisch so sehr versklavten Lebens. Praktisch mag sich diese Technik zwar in vielem auswirken, aber ihre Rücksichtslosigkeit gegenüber der Schönheit der Erde ist ebenfalls bekannt, jedoch weniger beliebt und erfreulich. Auch unsere Gesundheit weiss darüber ein trauriges Liedlein zu singen. Gleichwohl aber rasen die fahrtollen Autos über die Straßen, und immer grösser wird auch die Zahl jener, die über die Golden-Gate-Brücke dahinjagen. Sie mag wohl ein technischer Triumph sein, aber auch Wegbereiter zu vermehrter Eile, Lärm und Friedlosigkeit.

## Angina

Wieder sind wir im Winter angelangt, und es ist angebracht, uns vorbeugend zu pflegen, bevor wir uns den verschiedenen Windströmungen und der Ansteckungsgefahr durch Erkältungskeime aussetzen. Vor allem sollten wir, wenn eine Angina im Anzug ist, sie nicht unbeachtet übersehen, indem wir denken, es handle sich nur um ein wenig Halsweh, das gelegentlich wieder verfliege. Schluckweh und das Gefühl, als hätte sich ein Haar im Hals verirrt, sind Anzeichen, die wir ernst nehmen sollten, da sie die Voranzeichen der Angina bedeuten können. Wir überlassen uns einer falschen Ansicht, wenn wir die Angina als einfache Angelegenheit betrachten, denn wenn wir sie nicht richtig bekämpfen, kann es zu einer Verschleppung der Anginagifte kommen, was sich für unsere Gesundheit sehr ungünstig auswirken wird; denn als Folge können sich grosse Müdigkeit und Schwächezustände einstellen, verbunden mit einer Abneigung gegen die Arbeit. Im Schlaf erholen wir uns nur mangelhaft, weil er sehr schlecht ist. Ein weiteres Symptom mag Appetit-

losigkeit sein, und bei ärztlicher Kontrolle erweist sich die Blutsenkung oft als sehr hoch. Wie gehen wir nun in solchem Falle vor, um diese wieder in Ordnung zu bringen und erneut leistungsfähig zu werden? Es ist bekannt, dass Echinaforce, verbunden mit dem Kalkpräparat Urticalcin, beste Dienste leistet. Immer wieder erhalten wir Berichte, dass Echinaforce als entzündungswidriges Mittel wirkt und verschleppte Bakteriengifte erfolgreich zu bekämpfen vermag. Dies wurde mir selbst besonders klar, als ich einmal im Amazonasgebiet an einem septischen Fieber litt, das mich hart anfasste und 24 Stunden nicht losliess. Echinaforce leistete mir jedoch solch ausgezeichnete Dienste, dass ich der Lebensgefahr zu entrinnen vermochte, und von da an begleitete mich das Mittel auf allen Reisen in den Tropen. Es wird ja auch aus einer subtropischen Pflanze hergestellt, denn Echinacea ist in Mexiko heimisch. Wir konnten die Pflanze indes auch bei uns mit einiger Mühe zum Gedeihen bringen, so dass sie sich heute im Engadin so gut entfaltet wie im

Hochland von Mexiko, zwar allerdings nur in unseren Kulturen, wo sie immer wieder die entsprechende Pflege benötigt. Wenn wir das Mittel stets in unserer Hausapotheke vorrätig haben, sind wir gegen alle entzündlichen und leicht septischen Zustände gut eingedeckt, bei gleichzeitiger Verabfolgung von Urticalcin als organisch gebundenem Kalk.

Wir brauchen es jedoch mit einer Angina nicht so weit kommen zu lassen, dass sie

uns unnötige Schwierigkeiten bereitet, denn wir können sie schon vorbeugend bekämpfen. Dies geschieht, indem wir jeweils morgens und abends den Hals mit Molkosan auspinseln. Das wirkt ausgezeichnet desinfizierend. Bei gleichzeitiger Einnahme von Lachesis D12 in Verbindung mit Echinaforce kann man mit einem raschen Erfolg rechnen, besonders, wenn man mit dieser Pflege frühzeitig begonnen hat.

### Furcht vor kalter Luft

Besonders schwächliche Menschen, die Erkältungen leicht erliegen, fürchten sich vor kalter Luft. Ängstlich schliessen sie daher zur Winterszeit alle Fenster, in der Wohnung, im Büro und selbstverständlich auch im Eisenbahnzug. Zugegeben, die Zugluft ist für viele Menschen eine zu grosse Abkühlung und Frieren ist ohnedies ungesund. Wir können jedoch die Kälte richtig anwenden, worauf sie einem Heilmittel gleichgestellt werden kann. Auf alle Fälle erfordert sie eine bessere Blutzirkulation, weshalb es nötig ist, mehr Sauerstoff aufzunehmen, was durch tiefes, gewissenhaftes Atmen erreicht werden kann. Dies wiederum erfordert dringlich frische Luftzufuhr. Da nun das Heizen und Erwärmen der Luft Sauerstoff verbraucht, ist auch das Lüften der geheizten Räume immer wieder notwendig. Wenn wir uns nun angewöhnt haben, durch die Nase zu atmen, haben wir die kalte Luft weniger zu befürchten, während die Abkühlung infolge Atmung durch den Mund gefährlich ist, denn sie verursacht Schleimhautreizungen, die zu Entzündungen und Katarrhen führen können.

Bekanntlich sind wir mit natürlichen Schutzmassnahmen ausgestattet, da unsere Nase eine eigene, echte Klimaanlage besitzt. Diese nun vermag die Luft vorzuwärmen, so dass sie für die Schleimhäute erträglich wird. Wenn wir für warme Kleidung sorgen, dass wir in der Kälte nicht zu frieren brauchen, wird uns auch die kalte Luft nicht schaden, insofern wir

sie durch die Nase einatmen. Es ist für uns vorteilhaft, die trockene Kälte des Winters richtig auszuwerten. Wenn wir uns statt der Mode den klimatischen Verhältnissen anpassen, indem wir uns vernünftig kleiden, brauchen wir uns auch vor der kalten Luft nicht zu fürchten, bekommt sie unserer Gesundheit doch besser als überhitzte Räume. Wenn wir uns tagsüber mehr im Haus als im Freien aufhalten müssen, sollten wir von Zeit zu Zeit immer wieder für gute Durchlüftung besorgt sein.

Manch einer besitzt empfindliche Schleimhäute und fürchtet sich deshalb vor der kalten Luft, denn entzündete Schleimhäute sind sehr schmerhaft. Auch Neigung zu neuralgischen Gesichtsschmerzen können jemanden vor der Kälte zurückschrecken lassen. Ein hilfreicher Schutz gegen schädigende Abkühlung des Gesichts wie auch der Schleimhäute ist ein sorgfältiges Einfetten mit einer guten Wollfettcreme. Bei besonderer Empfindlichkeit sollte man sich daher immer, bevor man an die kalte Luft hinausgeht, das Gesicht gut mit Bio-force-Creme einreiben, wobei man von der Salbe auch etwas in die Nase einführen kann, da dies bei allfälligen Entzündungen erleichternd und heilsam wirkt. Selbst Gesunden ist diese Vorsichtsmassnahme dienlich. Wer zu Bronchitis neigt, mag sich vor der Kälte ebenfalls unwillkürlich fürchten. Regelmässige Einnahme von Imperasan wird seine Sorgen vermindern helfen, denn die Meisterwurz hat schon manchen von seinem Leiden befreit.