

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 29 (1972)  
**Heft:** 11

**Artikel:** Betrunkene Abstinenten  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-970748>

#### **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:** 15.02.2026

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

vorzüglich. Bei Mahlzeiten hilft es ver-  
dauen, doch bei schwacher Blase sollte  
man das Mineralwasser ohne Kohlensäure  
geniessen.

### Medikamente

Bekanntlich sind Schmerz und erhöhte Temperatur Alarmsignale, die wir beachten, statt vertreiben sollten. Sie melden Störungen an und lassen frühzeitig erkennen, dass der Körper vorbeugende Hilfe benötigt. Die Allgemeinheit hat sich indes aus Bequemlichkeit, vielleicht auch aus Unwissenheit, angewöhnt, bei jeder kleinsten Störung Tabletten zu schlucken, um den Schmerz rasch möglichst betäuben zu können, auch wird die Schlaflosigkeit durch ein entsprechendes Mittel behoben. Um die Bekämpfung der Ursache aber bekümmern sich die wenigsten. Infolge der vielen verkehrten Zumutungen beginnen auch die Nerven zu streiken, aber auch diese sucht man durch chemische Mittel zu beruhigen. Schliesslich ist unsere Widerstandskraft dahin und die geplagten Zellen versagen und degenerieren. Lässt man sie in ihrem Kampfe unbeachtet, dann können sie zu Krebszellen entarten. Da wir als Schöpfung Gottes physisch in den Kreis der Naturgesetzlichkeiten eingegliedert worden sind, sollten wir bei Naturmitteln Hilfe suchen, denn jede Abweichung von der erwähnten gesetzmässig-

gen Ordnung ist ein Nachteil für uns, eine Schwächung der Urkraft und des Regenerationsvermögens, wie auch eine Verminderung der Kampffähigkeit unseres Zellstaates gegen äussere Feinde.

### Das Wohnen

Auch die Wohnverhältnisse sind für unsere Gesundheit von grosser Bedeutung. Feuchte Wohnungen erzeugen Rheuma, Gicht oder noch schlimmere Krankheiten. Ebenso zu meiden sind Eisenbetonbunker. Holz ist das gesündeste Baumaterial, dann folgen Ziegelsteine und hierauf Natursteinbauten, aber das schlimmste sind Bauten aus Eisenbeton. Dies ist um so bedenklicher, weil dieses heute in vielen Ländern als das einzige Baumaterial gilt, mit dem man noch einträglich bauen kann. Dies natürlich zum Leidwesen gesundheitlicher Aspekte.

Wer trotz der Umweltverschmutzung mit ihren zunehmenden, statt abnehmenden Schädigungen daher heute noch einigermassen gesund leben möchte, um leistungsfähig bleiben zu können, muss sich der vom Schöpfer gegebenen Ordnung natürlicher Gesetzmässigkeit zuwenden, sonst ist er der erbarmungslosen Willkür preisgegeben, die als zerstörendes System mit Krankheit, Leiden und frühzeitigem Tod gegen unsere Gesundheit anstürmt, um sie gänzlich zu untergraben.

### Betrunkene Abstinenten

Oberflächlich betrachtet scheint es unmöglich zu sein, dass jemand, der keinen Alkohol trinkt, durch Alkohol benachteiligt oder sogar geschädigt werden kann. Folgender Vorfall beleuchtet jedoch diese Möglichkeit von einem ganz unerwarteten, neuen Gesichtspunkt aus.

Einem Automobilisten wurde nach einem Unfall Blut entnommen, und da sich bei ihm mehr als die geduldete Menge Alkohol im Blute vorfand, war das gegen ihn gefällte Urteil sehr streng. Er behauptete jedoch beharrlich, überhaupt keinen Alkohol eingenommen zu haben. Trotz seines sehr guten Leumundes glaubte man ihm

indes nicht. Da der Betroffene naturwissenschaftlich gut geschult war, bestand für ihn nur ein Grund, der den Alkoholbefund im Blute erklärliech machen konnte. – Er ersuchte daher die Polizei, ihm Gelegenheit zu verschaffen, damit er den Nachweis erbringen könne, warum in seinem Blute sogar mehr als die Toleranzmenge von Alkohol vorgefunden worden war, wiewohl er keinen einzigen Tropfen Alkohol genossen hatte. Man gab ihm die gewünschte Möglichkeit, und er stellte sich einer Klinik zum erwähnten Experiment zur Verfügung. Beim Eintritt erfolgte eine genaue Blutuntersuchung, und

diese erwies sich in bezug auf irgendwelchen Alkoholgehalt als völlig einwandfrei. Nun ass er zuerst eine reichliche Menge frischer Himbeeren, so, wie er dies vor seinem Autounfall ebenfalls getan hatte. Da er an einer Dysbakterie litt, begannen die Himbeeren im Darme zu gären und erzeugten dabei eine erhebliche Menge Alkohol, die bei erneuter Blutuntersuchung prompt im Blute vorgefunden wurde. Dies war beweiskräftig genug, weshalb er freigesprochen wurde, da diese Form der indirekten Alkoholeinnahme gesetzlich nicht als belastend gelten konnte.

### Geschädigte Darmflora

Auf solch unerwartete Weise kann also auch ein Abstinent ohne seinen Willen und ohne die Verletzung seiner Enthaltsamkeit dennoch betrunken werden. Wenn irgend jemand unter Dysbakterie leidet, kann es ihm ebenso ergehen. Es gibt heute sehr viele Menschen, die durch Medikamenteinnahme die Darmflora derart schädigen, dass an Stelle der normalen Verdauung Gärungen zur Regel werden. An diesem Umstand sind vor allem Antibiotika und Sulfonamide stark beteiligt, und es ist gar nicht leicht, die auf diese Weise geschädigte Darmflora wieder in Ordnung zu bringen, weil sich schädliche Bakterien breitmachen könnten. Dies erinnert uns an einen Kahlschlag im Walde, denn wenn wir nicht sofort wieder Jungwald anpflanzen, dann degenerieren die Bodenbakterien, weshalb sich allerlei Unkraut und Gestrüpp ausbreiten kann, so dass es schwer ist, wieder einen Wald grosszuziehen.

Täglich nehmen wir mit der Nahrung wilde Hefe ein, doch kann diese nicht zur Geltung kommen, wenn die Darmbakterienflora stark und gesund ist. Ist diese

hingegen geschädigt, dann beginnt sich die Hefegärung derart zu entfalten, dass ganz erhebliche Mengen Alkohol entstehen. Dies geschieht dadurch, dass der Zucker, den wir mit der Nahrung eingenommen haben, also auch der Fruchzucker, vergärt, statt dass er aufgenommen würde. Oft schon konnte ich feststellen, wie jene, die unter diesem Übel leiden, dadurch so sehr schwindlig werden können, als wären sie buchstäblich betrunken. Dies geschieht durch den Alkohol, der sich im Darm selbst erzeugt. – Es ist nun gefährlich, solche Gärungszustände anstehen zu lassen, denn dadurch kann sich selbst auch ein Abstinent mit der Zeit Alkoholschädigungen zuziehen, und zwar an Niere und Leber und dies trotz der Befolgung der sich auferlegten Regel, keinen Alkohol einzunehmen. So können sich denn körperliche Störungen dermassen unliebsam äussern, dass daraus unerwartete Schädigungen entstehen. Oder, wem wäre es schon als glaubwürdig erschienen, dass sich der Körper, wie soeben geschildert, gewissermassen eine eigene Schnapsbrennerei beschaffen kann, indem er ungewollten Zuständen erliegt? Wer nun aber in seinem Körper eine solche Schnapsbrennerei besitzt, braucht keinen Alkohol einzunehmen, um durch dessen Wirkung Schaden zu erleiden. – Dann und wann schon kam in unserer Zeitschrift die Behandlung einer solchen Störung durch eine Dysbakterie zur Sprache und so mögen viele bereits wissen, dass man die Leiden mit Einnahme von Kaffekohle, mit Holzasche, mit Apfelfasttagen und anderem mehr günstig beeinflussen kann. Da heute sehr viele Menschen an diesem Übel leiden, werden wir gelegentlich wieder auf dieses Thema zurückkommen.

### Aus dem Leserkreis

#### Hilfe bei Quaddeln und niederm Blutdruck

Von Frau H. aus Hannover gelangte Ende Juni folgende Bestätigung an uns: «Schon im Jahre 1963 schrieb ich Ihnen. Ich be-

kam damals sehr oft am ganzen Körper stark juckende Anschwellungen oder Quaddeln. Sie sandten mir Nephrosolid nebst Urticalcinpulver und empfahlen die tägliche Einnahme eines Nierentees. Län-