

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 30 (1973)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Herzinfarkte  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-554398>

### **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:** 02.05.2026

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

Hühnerfutter etwas zu beschaffen. Nie hätte sie dagegen eine Tafel Schokolade eingetauscht. Gleichermassen erging es ihr mit der Kleie, die im Volksmund als «Krüsch» bekannt ist. Zu gern leckte sie in der Getreidekammer daran. Heute bilden die Weizenkeimflocken einen gewissen Ersatz dafür. Auch das Kaninchenfutter mit Runkeln und Halbzuckerrüben war verlockend, so dass bei der Zubereitung jeweils ein kleiner Schnitz im Kindermund verschwand. Auch das rohe Sauerkraut war beliebter, als wenn es gekocht auf dem Tisch erschien. Man rühmt ja auch den Wert des rohen Sauerkrauts heute, während das gekochte als Diätahrung nicht in Frage kommt. Kinder, deren Gaumen noch nicht mit einem Übermass von Süßigkeiten verdorben ist, besitzen in der Regel noch ein natürliches Geschmacksempfinden. Oft beobachtet man sogar Kinder, die an einer alten Mauer

regelmässig Kalk herauskratzen, um ihn zu essen. Eine Kontrolle bei solchen Kindern zeigt in der Regel einen gesunkenen Kalkspiegel im Blute an, was auf einen Kalkmangel zurückzuführen ist. Die Vorliebe von Landkindern für frische Kleie, frischgebrochenen Hafer, der für die Pferde bestimmt ist, oder gar für Hühnerfutter und rohes Sauerkraut zeigt an, dass ihr Instinkt noch tätig ist. Das Verlangen nach solch unentwerteten Nahrungsmitteln weist darauf hin, dass sie der Körper benötigt. Landkinder sind eher an der Quelle, solchen Bedürfnissen Rechnung zu tragen, als Stadtkinder, und so sind sie denn für mancherlei Krankheiten auch weniger anfällig. Natürlich trägt zu diesem Vorteil auch die natürlichere Lebensweise wesentlich bei, denn je naturverbundener eine Familie lebt, desto dienlicher kann sie den Kindern in gesundheitlicher Hinsicht sein.

## Herzinfarkte

Glauben wir ja nicht, dass Herzinfarkte keinerlei Vorgeschichte haben und wie ein Blitz aus heiterem Himmel in Erscheinung treten würden. Genau so wie Krebs und Hirnschläge auf einer Vorgeschichte beruhen, so ist es auch beim Herzinfarkt der Fall. In Europa sterben jährlich Zehntausende infolge dieser Erkrankung. Es entspricht einer zuverlässigen Regel, dass kein Zellgefüge im Körper versagt oder zugrunde geht, ohne dass wiederholte Schädigungen die gesunde Widerstandskraft der Zellen allmählich zerstört haben. Dies gilt auch für das unermüdlich pflichtbewusste Herz.

Neuerdings haben Herzspezialisten, wie Dr. Kern und andere, durch ihre Forschungsarbeit neue Gesichtspunkte wahrgenommen, und diese werden in naher Zukunft sowohl für den Arzt, wie auch für den Kranken von grosser Bedeutung sein. Der zunehmende Stress unserer Tage ist eine der grössten Belastungen, die das Herz heute zu bewältigen hat. Bei all diesen Umständen leidet die linke Herzkam-

mer viel mehr als die rechte und ist auch grösseren Gefahren ausgesetzt. Es gibt bekanntlich Organe, die man durch Fasten und Ruhen entlasten kann. Nicht so das Herz, das unser ganzes Leben hindurch unermüdlich Tag und Nacht arbeiten muss. Wenn wir unser Herz zu Höchstleistungen zwingen, dann müssen die Herzzellen eine solch grosse Arbeit bewältigen, dass sie oft genötigt sind, alles aus sich herzugeben. Wenn man nun nicht dafür sorgt, dass der Zelle die verausgabte Energie sowie die verbrauchte Materie wieder ersetzt wird, dann entsteht ein Mangel. Die Zelle ermüdet, erschläft und wenn man die Beanspruchung auf die Spitze treibt, wird die Zelle absterben. Auf diese Weise stellt sich der Herzinfarkt womöglich sogar mit tödlichem Ausgang ein. Da, wie bereits erwähnt, die linke Herzkammer unter den Stressfolgen mehr leidet als die rechte, ist der Infarkt demnach ein Versagen der linken, und zwar vorwiegend in der unteren Spitzenpartie.

### Beachtung der Frühsymptome

Als Folge von Schädigungen der Herzzellen melden sich Frühsymptome, die man unbedingt beachten sollte. Unsere Aufmerksamkeit sollte sich möglichst den Gefässgiften zuwenden, da sich durch sie die Frühsymptome am deutlichsten melden. In Frage kommen da gefässverengende Medikamente sowie vor allem auch Nikotin. Diese alle lassen ganz besondere Symptome sichtbar werden, doch in der Regel treten sie erst bei jenen auf, die ihre 50 Lenze hinter sich haben. Ein interessantes Beispiel beschaffte mir in der Hinsicht der Direktor einer grossen Lebensmittelfirma. Er war zudem auch noch Oberst in der Armee. Als sportlicher Typ fehlte ihm nie etwas, weshalb er glaubte, sein starkes Rauchen ohne Bedenken fortsetzen zu können.

Als er jedoch seine 50 Jahre zählte, begannen sich kleine, kurze Absenzen einzustellen. Eine schnell vorübergehende Schwäche nebst leichter Übelkeit schienen dem Direktor indes noch allzu unbedeutend zu sein, um sie ernstzunehmen. Zwar hörte seine Frau einmal, als er seinem Kollegen gestand, er sei so blöd und höre erst mit Rauchen auf, wenn es zu spät sei. Trotz dieser Einsicht hörte er nicht auf, weshalb sich die Absenzen und Schwächeanfälle immer häufiger und stärker einstellten, oft sogar so heftig, dass ihm der kalte Schweiß aus der Stirne drang. Mit 55 Jahren endete ein solcher Anfall, der in einen Herzinfarkt übergegangen war, tödlich. Dieser Direktor ist nicht der einzige, der nicht den männlichen Entschluss aufbringen konnte, mit einer gefährvollen Schädigung frühzeitig aufzuhören.

Mancher ältere Herr, der auf die Trambahn oder den Zug rennt oder sonst glaubt, sich übermässig beeilen zu müssen, steht plötzlich still, wenn er eine leichte Übelkeit bemerkt. Er wird bleich und wischt sich den kalten Schweiß von der Stirne. Erst, wenn er sich eine kleine Weile niederlegen kann und tief atmet, erholt er sich wieder. Solche Symptome

können Vorboten eines Herzinfarktes sein und sollten daher ernstgenommen werden. Es ist in solchem Falle höchste Zeit, das Rauchen ganz aufzugeben, wie auch die Arbeits- und Lebensweise zu ändern. Man sollte sich also von Hetze und Stress fernhalten, statt dessen aber viel in guter Luft wandern. Auch die Ernährung spielt eine grössere Rolle als zuvor. Sie sollte unbedingt eiweissarm sein. Am vorteilhaftesten wirkt sich eine Naturreisdiät mit Quark und Salaten aus. Der Naturreis ist deshalb so empfehlenswert, weil er dem Herzinfarkt diätetisch entgegenzuarbeiten vermag. Glaubt man auf Fleisch nicht verzichten zu können, sollte man sich unbedingt mit wenig begnügen und darauf achten, dass man alles Fett, das sich daran befindet, wegschneidet. Gekochte Eier und auch Käse sollte man möglichst ganz meiden. Eine Ausnahme bildet der Quark, den man ruhig als Eiweisslieferant zuziehen kann, und in mässigen Mengen kann man auch noch milden Weisskäse geniessen. Fettgebackene Speisen kommen, wie in der Leberdiät, gar nicht auf unseren Tisch. Aber erfrischenden Salaten ohne Salz sollten wir reichlich zusprechen. Ausnahmsweise kann man sich zum Mittagessen ein Glas Wein erlauben, jedoch nicht zu oft.

### Weitere Ratschläge

Wenn die Infarktgefahr sehr nahe ist, sollte man nie ausgehen, ohne sich mit einem guten Strophantinpräparat zu versehen. Sollte sich ein kritischer Zustand melden, dann zerbeisst man rasch ein oder zwei Strophantinkapseln und die Gefahr ist gebannt. Wer schon erlebte oder mit ansehen konnte, wie das Pflanzenmittel Strophantin in solchen Fällen wirkt, ja sogar lebensrettend sein kann, der lässt sich nicht beirren, wenn Ärzte behaupten, Strophantin sei nicht mehr wirksam, wenn man es durch den Mund einnehme. Man hat so viele Erfahrungen gesammelt, dass man heute dem Herzinfarkt vorbeugend begegnen kann. Bei sofortigem Eingreifen wird man ihm auch den Schrecken nehmen. Keiner, dem die Gefahr des

Herzinfarktes droht, sollte sein Haus oder die Arbeitsstätte verlassen ohne Strophanthintabletten oder -kapseln bei sich zu haben. Im Notfall mag ihm diese Vorsichtsmaßnahme das Leben retten. Womöglich kann er indes auch einem anderen in gleicher Lage damit aushelfen. Besser aber ist es, den Zustand überhaupt nicht so weit kommen zu lassen, indem man beizeiten vorzubeugen beginnt, und zwar im vorgängig erwähnten Sinne. Sind die Zellen indes bereits etwas beschädigt, so dass sie der Stärkung bedürfen, dann greifen

wir zu einem Petasitespräparat in irgendeiner Form, da sich ein solches sehr nützlich und hilfreich erweisen wird. – Man sollte also stets wachsam sein und Frühsymptome nie ausser acht lassen, sondern gewissenhaft und entschlossen dagegen vorgehen, wenn dies auch Verzicht und Änderung zur Folge haben mag. Der erreichte Erfolg entschädigt all diese vermeintlichen Opfer. Wie schade dagegen, wenn man keine Selbstbeherrschung aufbringt und im schönsten Alter aus dem Leben scheiden muss!

### Beeinflussung von Unfruchtbarkeit

Oft sind junge Ehepaare sehr betrübt, wenn ihnen keine Kinder vergönnt sind. Wir erhalten daher dann und wann Anfragen nach Naturmitteln, die behilflich sein könnten, die Ursache zu beheben. Die Ursache einer Unfruchtbarkeit beruht oftmals auf gewissen funktionellen Störungen. Vor allem sind es Durchblutungsstörungen, die dabei eine wesentliche Rolle spielen können. Sind beispielsweise die beiden Eileiter verstopft, dann versucht der Frauenarzt durch wiederholte Durchblasungen die Ursache der Störung zu beheben. Aber nicht immer führt dies zum Erfolg, wie uns dies seinerzeit eine junge Frau bedauernd mitteilte, da sie schon drei Jahre vergeblich auf ein Kind gewartet hatte. Der Arzt konnte ihr infolge der vergeblichen Bemühungen nur mitteilen, dass die Voraussetzungen nicht vorhanden seien.

Nun erhielt diese Frau damals von uns den Rat, wöchentlich zwei bis drei Sitzbäder in Heublumenabsud durchzuführen. Gleichzeitig sollte sie Ovasan D<sup>3</sup> und Wei-

zenkeime einnehmen. Zwei Monate nach Befolgung dieser Empfehlung blieb die Periode aus und die Schwangerschaft erlitt keine unliebsame Unterbrechung mehr wie früher, so dass es im nachträglichen Bericht lautete: «Diesmal klappte es.» Doch nicht nur dies eine Mal klappte es, denn drei Jahre später rückte das zweite Kindchen an. Die beglückte Mutter schrieb den Mitteln und dem befolgten Ratschlag den Erfolg zu, erwähnte sie doch: «Ohne diese Mittel entstand keine Schwangerschaft.» Laut ihrem Bericht verliefen auch die beiden Schwangerschaften und Geburten jedesmal sehr gut. –

Es wäre also unklug, den Mut zu früh zu verlieren. Manchmal fehlt es an Kleinigkeiten, wie das erwähnte Beispiel bestätigt. Es gibt auch Fälle, die zusätzlich noch eine kräftige Anregung des Kreislaufes erfordern, um eine Schwangerschaft ermöglichen zu können. Hierzu dienen die bewährten Kreislaufmittel Hyperisan und Aesculaforce.

### Frauen leben länger

Obwohl ungefähr fünf Prozent mehr Knaben als Mädchen zur Welt kommen, gibt es mehr heiratsfähige Mädchen als Jünglinge. Eine Hauptschuld an diesem Umstand werden die Kriege tragen, da diese in den letzten 50 Jahren viele Millionen junger Männer verschlungen haben. Aber

auch in neutralen Ländern wie in der Schweiz und in Schweden verschiebt sich das Verhältnis sehr schnell. Kontrolliert man dieses Verhältnis zwischen Männern und Frauen bei den 50jährigen, dann werden wir wesentlich mehr Frauen als Männer finden, während sich unter den 70jäh-