

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 31 (1974)  
**Heft:** 2

**Artikel:** Das Wunderwerk der Körperzelle  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-551737>

### **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:** 05.04.2026

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

sie ein solches Paket geöffnet, geschweige denn davon gegessen. Ich erklärte ihr dann, dass der volle Roggen erst gemälzt werde, bevor das Brot in den Backofen gelange, woher der fast süssliche Geschmack und die dunkle Farbe komme. Diese Herstellungsart habe indes keine Nachteile zur Folge, im Gegenteil, das Brot werde dadurch viel besser verdaulich, da die Werte aufgeschlossener seien.

### **Ausbildungsmöglichkeiten**

Heute sind die Ausbildungsmöglichkeiten für Reformhausinhaber und deren Personal vielseitiger als früher. Auch sollte die weitere Ausbildung mit den heutigen Erfordernissen stets Schritt halten, denn nur so bereitet die Aufgabe, die ein Reformhaus an den Besitzer und dessen Personal stellt, Freude und Genugtuung. Das Reformhaus kann auf die erwähnte Weise viel zur Hebung der Volksgesundheit bei-

tragen. Doch ist es dieserhalb auch nötig, die Waren gut zu prüfen, bevor man ihnen Vertrauen schenkt, können sie sich doch unter Umständen als alte Kinder in neuem Kleide erweisen, wodurch das Reformhaus viel von seiner Zuverlässigkeit verlieren würde. Wenn ein Produkt den strengen Forderungen natürlicher Beurteilung nicht entspricht, sollte es materieller Vorteile willen nicht in die enge Wahl gezogen, sondern strikte abgelehnt werden. Der Kunde erwartet im Reformhaus betreffs einwandfreier Naturprodukte gesichert zu sein, weshalb dieses Vertrauen verkehrter Berechnung wegen nicht eingebüsst werden sollte. Wenn gewisse naturreine Nahrungsmittel auch in gewöhnlichen Nahrungsmittelgeschäften gelegentlich erhältlich sind, sollte dies den Reformhausinhaber nicht verdriessen, denn seine Kunden bleiben ihm treu, wenn er sie in jeder Hinsicht zuverlässig betreut.

## **Das Wunderwerk der Körperzelle**

Es ist immer noch ein unerklärliches Wunder, wieso eine Gehirnzelle andere Stoffe aus dem Blutstrom aufnimmt als eine Muskelzelle. Der Blutstrom enthält unter günstigen Verhältnissen alles, was die verschiedenen Zellen des Körpers benötigen. Es ist indes rätselhaft, wieso die einzelnen Zellarten nun gerade die für sie notwendigen Stoffe aufzunehmen vermögen. Gehirn- und Nervenzellen benötigen beispielsweise mehr Phosphor, während sich eine Knochenzelle mehr Kalk beschafft und eine Herzzelle mehr Kalium und Magnesium aufnimmt. Niemand hat bis heute dieses Geheimnis lüften und erklären können. Man nimmt an, die Aufnahme von Nährstoffen, vor allem von Nährsalzen sei eine Folge der Osmose, richte sich also nach dem physikalischen Gesetz des Ausgleichens. Mit Erstaunen können wir indes feststellen, dass jede Zelle nur jene Stoffe aufnimmt, die ihrer Lebensnotwendigkeit entspricht. Dies unterstellt sich gewissermassen einem eigenen, geheimnisvollen Rezept, das wir noch nicht zu erklären vermögen. Wir sollten dem Zellstaat unse-

res Körpers daher mehr Achtung zollen und nicht willkürlich in das ganze automatische Triebnetz eingreifen.

In einem gewissen Sinne ist jede Zelle autonom, was bedeutet, dass sie eine gewisse Selbständigkeit besitzt, und zwar genau wie ein freier Bürger eines demokratischen Staates, denn dessen Freiheit ist insofern eingeschränkt, dass er sich trotz allem gewissen Gesetzen und Gegebenheiten des Staates fügen und einordnen muss.

Das Wertvollste jeder Zelle ist der Zellkern. Ihn können wir am besten mit dem Eigelb eines Eies vergleichen, während das Eiklar um den gelben Kern herum der Nährflüssigkeit, dem sogenannten Tigroid entsprechen würde; die Eierschale dagegen wäre gleich der Zellhaut oder der äusseren Membrane. Die wesentliche Rolle zur Ernährung und Gesunderhaltung der Körperzellen spielen nun der Blut- und der Lymphstrom. Der ganze Zellstoffwechsel beginnt zu leiden, wenn irgendwelche ungünstigen Einflüsse in Erscheinung treten. Es können sich diese durch grobe Fehler einstellen. Auch Giftstoffe können direkt

oder durch Mikroorganismen eine Gleichgewichtsstörung im roten Blutstrom und der Lymphe verursachen. Letztere könnten wir vielleicht auch als weissen Blutstrom bezeichnen, was ihre Aufgabe womöglich etwas anschaulicher darstellt. Durch solche störende Einflüsse kann es vorkommen, dass die Zelle nicht mehr alles, was sie zur völligen Aufrechterhaltung ihrer Funktionen benötigt, vorfindet. Dieser Umstand schadet der Zelle empfindlich, denn nun muss sie nach besten Möglichkeiten zu improvisieren beginnen. Sofern die Störung lange bestehen bleibt, dann fällt die Zelle immer mehr aus ihrem normalen Arbeitsrhythmus und ist gezwungen, Notmassnahmen einzuschalten. Erfolgt auch dann noch keine Abhilfe, dann beginnen einige Zellen oder Zellgruppen zu versagen und wir erliegen einer Organkrankheit. Wir sollten nun die Zelle nicht mit allen möglichen Mitteln und Einflüssen belasten und plagen, denn dies gestaltet die Angelegenheit oft nur noch schlimmer, was sich besonders beim Krebs ungünstig äussert. Wenn nun die Zelle derart degeneriert, dass sie von einer Normalzelle zu einer asozialen Riesenzelle wird, dann kann man nicht ihr die Schuld an diesem Umstand beimessen. Es ist anzunehmen, dass sie sich vielleicht schon Jahre hindurch oder gar jahrzehntelang wacker gewehrt hat, das Beste zu erreichen, was ihr in ihrer misslichen Lage möglich war. Der Zelle kann es durch die erwähnten Umstände womöglich genau so ergehen, wie jenem Menschen, der sich vielen ungünstigen Einflüssen ausgesetzt sieht, so dass er durch Veranlagung und schlechte Gesellschaft langsam zum Verbrecher wird. Ebenso verfänglich können schädliche Einwirkungen an der menschlichen Zelle arbeiten, bis sie durch mehrere Unterbilanzen schliesslich zum Konkurs

gezwungen wird. Diesen bedenklichen Vorgang können wir bildlich mit der Mutation der gesunden Zelle zur Krebszelle vergleichen. Trotz Entfernung der Krebsgeschwulst ist indes das Problem genau so wenig gelöst, wie durch die Beseitigung einiger überlauter Revolutionäre einem gefährdeten Land Frieden verschafft wird, weil der aufrührerische Geist weiterhin in den Gehirnen und Herzen von Tausenden seiner unzufriedenen Bürger mottet. Da die Krankheit nicht nur in den Zellen der Krebsgeschwulst liegt, kann auch deren operative Beseitigung nur einen Teil der Behandlung abschliessen. Die wirkliche Heilung indes lässt sich nur durch eine entsprechende Beeinflussung der Säfte erreichen. Es handelt sich dabei um eine Reinigung und Umstellung des Blutes und der Lymphe. Wollen wir dies erreichen, dann müssen wir uns einer gesamten Aenderung unserer verkehrten Lebensweise unterstellen. An erster Stelle müssen wir dabei der Leber bessere Bedingungen einräumen. Auch bei Gicht, Rheuma und vielen anderen Leiden können wir uns nur auf diese Weise Erleichterung, wenn nicht gar Heilung verschaffen. Aerzte, die die erwähnte Umstellung verkehrter Lebensweise befürworten, weil sie solche als dringliche Grundlage zur Wiedererlangung der Gesundheit erachten, könnten weit eher mit Heilungsaussichten rechnen, als jene, die einer solchen Gedankenrichtung abhold sind. Solche Krankenbetreuer werden ihren Patienten höchstens eine bescheidene Hilfe, nie aber eine Heilung verschaffen können. Es mag sein, dass ein Arzt auch ungerne mit dem allfälligen Widerstand eines Kranken rechnen möchte und daher zum vorneherein eine Umstellung nicht einmal zur Sprache zu bringen wagt. Aber vielleicht hätte sich ein Versuch dennoch gelohnt.