

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 31 (1974)

Heft: 8

Rubrik: Aus dem Leserkreis

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: 25.12.2025

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

Aus dem Leserkreis

Zwölffingerdarmgeschwüre

Ende Mai dieses Jahres ging ein erfreuliches Schreiben bei uns ein, worin ein 82jähriger über seine zweimaligen Heilserfolge bei Zwölffingerdarmgeschwüren kurz berichtete. Er schrieb: «Im Jahre 1961 war ich längere Zeit magenkrank. Die Röntgenaufnahme eines Spezialisten ergab die Diagnose: Geschwüre am Zwölffingerdarm. Durch Ihre bewährten Mittel wurde ich nach 14 Tagen völlig geheilt, also 100prozentig für volle 13 Jahre. Im Februar 1974 wurde ich wieder magenkrank und durch nochmalige Anwendung Ihrer guten Mittel wurde ich nach 3 Wochen wieder gesund, jetzt als 82jähriger. Ich kann also Ihre Mittel jedermann aufs wärmste empfehlen.»

Jedenfalls verfügt der Schreiber dieser Zeilen über eine gute Erbmasse, dass er so prompt und erfolgreich auf Mittel und Ratschläge ansprach. Er erhielt Gastronol, Centauritropfen, Lycopodium D₆ und weissen Lehm, hatte ferner eine Schondiät zu beachten und morgens täglich den Saft einer halben, rohen Kartoffel einzunehmen. Für sein hohes Alter ist es erstaunlich, dass er so raschen Erfolg zu verzeichnen hatte.

Durian, begehrte und verachtet zugleich

Wie immer war im Mai in Indonesien Durianzeit. In den kalten Zonen Europas ist diese Frucht kaum bekannt. Sie lässt sich auch mit keiner anderen Frucht vergleichen. Aus einer Entfernung von 20 oder mehr Metern lässt sich der starke Geruch von Durian nicht mehr verheimlichen. Gehen wir ihm nach, dann treffen wir mit einem Mann oder einer Frau zusammen, die an der nächsten Strassenecke als Verkäufer bestimmt die Durianfrucht anbieten. Schiffskapitäne verweigern mitunter, diese Frucht zu befördern ihres starken Geruches wegen, ist er doch eher abstoßend als angenehm. Aus diesem Grunde könnte man die Frucht schwerlich im geschlossenen Wagen mitnehmen. Viele

verachten die Frucht ganz einfach wegen ihres Geruches, während andere sie um des vorzüglichen Geschmackes willen sehr begehrten.

Die Frucht selbst kann die Grösse eines Fussballes erreichen. Meistens ist sie rund, weist jedoch auch länglichere Arten auf. Sie ist vorwiegend grün oder auch nur grünlich, indem sie ins Gelbliche übergeht. Das Wort Durian mag von der Sanskritsprache abgeleitet sein, wobei es sich um die alte, klassische Sprache der Inder und Hindu handelt. Die erste Silbe des Wortes, nämlich «Duri», bedeutet Dorn. Die beiden Schlussbuchstaben «an» bilden die Nachsilbe. Da die Frucht über und über mit scharfen Dornen bedeckt ist, so dass man sich damit leicht verletzen kann, ist ihr Name bestimmt passend. Die Durianfrucht lässt sich ähnlich wie eine Mandarine teilen. Diese Teile liegen eingebettet in der dicken Schale und enthalten die Kerne, die mit gelbem Fruchtfleisch überzogen sind. Dieses Fruchtfleisch mundet vielen so ausgezeichnet, dass sie Durian als die bestschmeckende Frucht bezeichnen und darob den widerlichen Geruch ganz vergessen, wiewohl man nach dem Genuss der Frucht am Atem noch lange Zeit verrät, dass man Durian gegessen hat. Darum geniesst man die Frucht meistens abends, wenn man das Haus nicht mehr verlässt. Allerdings kann dieser Genuss dann für die Nacht zu anregend wirken, werden doch die müden Lebensgeister dadurch wieder wach. Der Nährwert von Durian lässt unseren Hunger nicht lange bestehen. Leider werden die grossen Kerne meistens weggeworfen. Sie ergeben jedoch, wenn geröstet und trocken aufbewahrt, einen jahrelangen Nahrungsvorrat. Auch könnten sie für die Tierfütterung Verwendung finden. In einer Zeit, in der die Nahrungsmitteleknappheit immer bedrohlicher wird, wäre es weise, diese proteinhaltigen Kerne nicht einfach im Abfalleimer verschwinden zu lassen. Da die Durianfrucht nicht gelagert werden kann, röstet man das Fruchtfleisch in Zeiten allzureichlicher Ernte.

Dadurch bildet sich ein dicker, zäher Fruchtteig. Eingewickelt in die Blätter des Sagubaumes hält diese sogenannte Durian-Dodol jahrelang. Auch kann man das Fruchtfleisch mit der Milch der Kokosnuss zusammen kochen. Wie bereits erwähnt, schätzen viele den Geschmack von Durian, während die Frucht bei anderen geächtet sein mag. Gleichwohl ist sie es wert, wenigstens versucht zu werden. Mag sie womöglich das erstmal nicht munden, kann man sich durch wiederholte Versuche an den Geschmack so gewöhnen, dass er Freude bereitet. Man sollte daher die selte Gelegenheit, Durian zu geniessen, nicht unbenutzt vorbeigehen lassen.

N. H., Berichterstatter aus Indonesien

Wir vergleichen

Man kann allgemein sagen, dass die Orientalen eine ganz andere Lebensauffassung haben als wir Europäer, was man in all den verschiedenen Aspekten ihres Lebens beobachten kann. Das erste, was ein übereifriger, eilfertiger und vielleicht hektischer Europäer von seinen türkischen Freunden gesagt bekommt, ist der Grundsatz: «Yavas, yavas!» oder auf deutsch: «Langsam, langsam!» Dies ist etwas, womit man sich unbedingt abfinden muss, ganz gleich, wo man sich befindet, bei Behörden, beim Einkaufen oder anderswo. Ist dies jedoch nicht etwa gesünder als unsere gewohnte Hast und Eile? – So wird mir beispielsweise jedesmal, wenn ich hier in einer renommierten Bank einen Scheck einlöse, eine Tasse Tee oder Kaffee angeboten, während ich auf den Empfang meines Geldes warte. Man stelle sich ein solches Vorgehen in unseren Breitengräden vor!

Eines scheint jedoch besonders in Istanbul dem Grundsatz «Yavas, yavas!» nicht zu unterliegen, und zwar der Strassenverkehr. Obwohl zu den Hauptverkehrszeiten die Strassen restlos verstopt sind, so dass sich der Verkehr nur schleppend vorwärts bewegt, verfügt man hier über einen Fahrstil, den man milde als halsbrecherisch bezeichnen kann. Die Verkehrsregeln ent-

sprechen den unsrigen, aber keiner hält sich daran. Wenn ich in der ersten Zeit mit türkischen Freunden unterwegs war, die schon in Deutschland, der Schweiz, Oesterreich und anderen europäischen Ländern waren, dann fragte man mich oft, was ich von der türkischen Fahrweise halten würde? Ich nehme an, dass sie meinen zweifelnd ängstlichen Gesichtsausdruck bemerkten. Aber sie mussten zugeben, dass man bei uns disziplinierter fährt. Gleichwohl ist es erstaunlich, in welch kurzer Zeit man sich auf einen solchen Verkehr einstellt! Geblinkt wird in den seltensten Fällen. Man fährt einfach nach links oder rechts raus. Verkehrsampeln beachtet man selten und das sogar bei Busfahrern.

Man kann in Istanbul zwischen drei Verkehrsmitteln wählen: Bus, Taxi und Dolmus. Die Dolmus ist ein Pkw, in dem man mit einigen Personen zusammen fährt. Aehnlich wie die Busse, richten sie sich nach einer festgelegten Fahrroute und biegen nicht in Seitenstrassen ein. Der Fahrpreis liegt nur gering über dem der Busse. Allerdings müssen die Fahrgäste warten, bis alle Plätze – je nach der Grösse des Pkw 5–10 – belegt sind. Man geniesst jedoch dabei den Vorteil einer schnellen und bequemen Beförderung.

Das Hauptbeförderungsmittel zwischen dem europäischen und asiatischen Teil Istanbuls sind die Fährboote, Auto- und Personenfähren. Hier herrscht nicht nur während des Berufsverkehrs, sondern den ganzen Tag hindurch reges Leben. Dieser Fährbetrieb gehört zu den lebenswichtigsten Einrichtungen dieser Millionenstadt. Früher kam es oft vor, dass wegen des Nebels die Fährbrote nicht fahren konnten. Dann waren die Passagiere gezwungen, entweder auf der einen oder der anderen Seite des Bosporus zu bleiben, bis sich das Wetter besserte. Durch die neue Brücke ist dieses Problem behoben. Uebrigens ist der Fahrpreis gering. Man kann also von «Europa» nach «Asien» für ungefähr 30 Pfennige fahren. Wo gäbe es das noch einmal?

Wolfgang Labatzki

Behebung von Nierenkoliken

Mitte Januar 1972 berichtete Herr St. aus St. über seinen Zustand: «Ich habe in Abständen von 3–4 Wochen schreckliche Nierenkoliken. Die Diagnose des Röntgenarztes lautete, eine Niere arbeite nicht mehr, weshalb mir der Arzt zu einer Operation rät. Würde es vielleicht noch ein Heilmittel geben, ohne operieren zu müssen?»

Zur Unterstützung der Nierentätigkeit war täglich viel ungezuckerter Nieren- oder Hagenbuttentee unter Beigabe der Nieren-tropfen Nephrosolid einzunehmen. Wichtig war vor allem auch die tägliche Einnahme von Rubiaforce-Tabletten. Durch gewissenhafte Durchführung dieser Kur konnte schon oft eine Operation verhindert werden. Des weiteren sollte der Patient Sitzbäder durchführen, und zwar wöchentlich 3–4mal mit dem Absud von Heublumen, da solche Bäder die Unterleibsorgane günstig beeinflussen. Ferner war der Gesundheitszustand durch zusätzliche Einnahme von Kalk in Form von Urticalcin noch günstig zu unterstützen.

Erst im April dieses Jahres erfuhren wir nun nähere Auskunft über den Verlauf dieser Angelegenheit, indem Frau St. berichtete: «Vor zwei Jahren hatten Sie meinem Mann gegen Nierenkoliken mit Ihren Mitteln geholfen. Seither hatte er keine Beschwerden mehr. Die verordnete Operation der untätigen Niere konnte abgesagt werden. Nochmals vielen Dank.»

Solch ein Erfolg ist begreiflicherweise erfreulich, da weitere Schwierigkeiten dadurch umgangen werden konnten.

Wühlmäuse, Schnecken und Ameisen

Ueber eine humane Methode in der Bekämpfung von Wühlmäusen schrieb Frau K. aus M.: «Mit Erfolg setzte ich jeweils dort Knoblauch, wo sich die Mäuse am liebsten gütlich taten. Der Geruch des Knoblauchs scheint ihnen gar nicht zu behagen.» Diese Anregung wurde anderweitig noch bestätigt, allerdings mit dem Rat, die Knoblauchzinken direkt in die Mäuselöcher zu stecken, da auch dies zum Erfolg führen würde.

Frau E. erwähnt dann auch noch die Schneckenbekämpfung, indem sie schrieb: «Uebrigens habe ich Eidechsen in unserem Garten, die mit den Schnecken ziemlich aufzuräumen scheinen. Wo immer es möglich ist, sollte man ja auch Igel ansiedeln, aber dann darf man im grösseren Umkreis natürlich kein Gift verwenden. Dies gilt zwar auch für die Eidechsen. Wird man den Schnecken gar nicht Meister, dann kann man auch Joghurtbecher erdeben in den Boden eingraben und nicht ganz mit Bier füllen, denn die Schnecken sind offensichtlich Bierliebhaber, was ihnen auf diese Weise allerdings zum Verhängnis ge-reichen wird.»

Die Berichterstatterin fragt dann noch für sich an, was man gegen Ameisennester vornehmen könne, da diese in gewissen Beeten mit dem Karotten-, Perlzwiebel- und Salatsamen total aufräumen würden. Weil auch sie nicht mit Gift vorgehen möchte, sucht sie nach einem gelindern Mittel, um die Ameisen loswerden zu können. Es gibt Gegenden, in denen die Ameisenplage so gross ist, dass man dieses geschäftige Völklein sogar kaum aus der Küche vertreiben kann. Es ist nun dort üblich, einen Schwamm mit Zuckerwasser zu durchtränken, da dies die Ameisen anzieht, weil sie den Zucker sehr lieben. Sie versammeln sich daher im Schwamm, worauf es üblich ist, diesen in siedendes Wasser zu tauchen, was sofortigen Tod bewirkt. Ob man die Ameisen auf diese Weise auch aus ihren Nestern locken kann, ist uns nicht bekannt. Vielleicht weiss einer unserer Leser einen anderen Rat. Unter Umständen verfügt auch die Drogerie über ein giftfreies Mittel.

Berichtigung

Im Abschnitt «Bedenkliche Nachteile» auf S. 85 der Juni-Ausgabe (im Artikel «Vitamin-B-Avitaminosen») sollte es heissen: «Immerhin sollte uns allen klar sein, wie sehr weisser Reis entwertet ist, enthält er doch nur noch einen Zehntel der so wertvollen Mineralien und des Vitamins B» (und nicht, wie irrtümlich geschrieben, «Neunzehntel»).