

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 32 (1975)
Heft: 4

Artikel: Die Virusgrippe und die Leber
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-970558>

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: 24.12.2025

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

und zwar als Folge des mit DDT vergifteten Fleisches. Dieses Vorkommnis war nun endlich eindrucksvoll genug, um dem Kongress eine Motion vorzulegen. Dadurch soll das gänzliche Verbot von DDT und ähnlichen Insektiziden bezweckt werden. Die Sorglosigkeit, die gegenüber solch bedenklichen Giften in den meisten Län-

dern gehandhabt wird, ist nicht nur unverzeihlich, sondern auch unbegreiflich. Es scheint, dass erst schwerwiegende Folgen und wirtschaftliche Nachteile massgebend sind, um den Entschluss zu fassen, das zu verbieten, was richtigerweise von Anfang an überhaupt nicht hätte zugelassen werden sollen.

Gefährliches Baden in Süsswasserflüssen

In meinem neu erschienenen Buch «Gesundheitsführer durch südliche Länder, Subtropen, Tropen und Wüstengebiete» wies ich darauf hin, wie die Süsswasserflüsse von ganz Ostafrika und von Südafrika durch Bilharzien verseucht sind. Es ist daher dort nicht ratsam, sich auch nur einmal ein Flussbad zu gestatten. Wenn wir uns den Bilharzien aussetzen, mag dies für uns schlimmer sein, als wenn wir im Amazonasgebiet den Piranhas zum Opfer fallen. Wieso kann man dies so kurzerhand behaupten? Nun, weil die Piranhas mit einem Menschen in einigen Minuten fertig werden, so dass er durch sie nicht lange zu leiden hat, während die Bilharzien ein langsames Siechtum zur Folge haben, das jenen, der davon befallen ist, schliesslich zugrunde richtet, es sei denn er erhalte sofort die richtige Behandlung. Niemand sollte sich auf Safari begeben, ohne zuvor gut unterrichtet zu sein, wozu ihm das erwähnte Buch verhelfen wird. Seine aufklärenden Ratschläge können ihm helfen, seine Gesundheit zu bewahren, können ihm Schwierigkeiten ersparen und im Notfall sogar sein Leben retten.

Salmonellen und Fusspilz

Nun ist aber auch bei uns das Baden in Süsswasserflüssen nicht mehr harmlos wie

früher, sondern wird immer gefährlicher. Dies ist so, weil viele unserer europäischen Flüsse mit Salmonellen, die im Darm und in der Niere grosses Unheil anrichten, verseucht sind. Viele beklagen sich auch darüber, weil sie sich in öffentlichen Bädern und Strandbädern den Fusspilz zugezogen haben. Nur Sand, der vom Meerwasser umspült wird, erlaubt es uns, barfuss zu gehen. Dies ist nun eben im Bereich der Süsswassergewässer nicht möglich, weshalb wir uns dort unbedingt versehen müssen.

Der Fusspilz ist mit Molkosan im Wechsel mit Spilanthes sehr gut zu vertreiben. Auch der Nagelpilz, der zäh und ausdauernd und daher oft schwer zu bekämpfen ist, kann auf die Dauer diesen beiden Medikamenten, die man äusserlich anwendet, nicht standhalten. Zur Anwendung trinkt man im täglichen Wechsel der Medikamente einen Wattebausch, den man auflegt und über Nacht festbindet. Hie und da fettet man mit Bioforce-Creme ein, da sich diese durch ihren natürlichen Vitamin-F-Gehalt dazu sehr gut eignet. Weil sich diese Pilzkrankheiten, die sehr lästig sein mögen, leicht übertragen lassen, sollte man alle möglichen Vorsichtsmassnahmen treffen, damit man davor bewahrt bleiben kann.

Die Virusgrippe und die Leber

Es ist eigenartig, dass die Viren immer wieder mit einer andersartigen Toxizität auftreten. Darunter versteht man ihre Giftigkeit, die sich jedes Jahr zu vergrössern scheint. Daran mag die Umweltverschmut-

zung beteiligt sein. Vor allem mögen dabei die Giftgase und die stets zunehmende Radioaktivität eine Rolle spielen. Wie die Beobachtung und Erfahrung gezeigt hat, scheinen die Grippeviren, die

heute auftreten, die Leber besonders stark zu belasten. Da sie das Hauptentgiftungslabor des Körpers ist, war mir daran gelegen, über diese wichtige Drüse ausführliche Auskunft zu erteilen, was durch mein Buch «Die Leber als Regulator der Gesundheit» geschah. Wenn die Leber überlastet ist, dann vermag sie ihre entgiftende oder neutralisierende Arbeit nicht mehr völlig zu bewältigen. Dies hat zur Folge, dass feine Giftstoffe, also vor allem Stoffwechselgifte der Viren, durch die Hohlvene ins Blut übergehen können, was den ganzen Körper zu schädigen vermag. In dem Falle handelt es sich also gewissermassen um eine Leberinsuffizienz, die durch die Grippe ausgelöst worden ist. Diese Insuffizienz oder Durchlässigkeit der Leber scheint sich sehr belastend auf das seelische Empfinden des Grippekranken auszuwirken. Es ist dies den Virengiften zuzuschreiben, wenn diese nicht völlig neutralisiert die Leber wieder verlassen konnten. Diese Wirkung auf das seelische Empfinden kann sich sowohl während der fieberhaft verlaufenden Krankheit als auch einige Zeit nachher während der Tage der Genesung bemerkbar machen. Bei vielen Patienten, ja sogar bei erkrankten Heilpraktikern und Aerzten, konnte dies festgestellt werden. Es ist daher sehr angebracht, noch längere Zeit nach dem Abklingen der Fieber drei wesentliche Punkte zu beobachten.

Beachtenwertes

Als erstes ist eine Leberschondiät durchzuführen. Hierüber erteilt das erwähnte Leberbuch näheren Aufschluss. Zweitens sollen gute Lebermittel wie Boldocynara oder ein anderes phytotherapeutisches Lebermittel unbedingt regelmässig eingesetzt werden. Als dritter Punkt ist die Sauerstoffaufnahme sorgfältig zu beachten. Dies geschieht am besten durch öftere Wanderungen in frischer, möglichst einwandfreier Luft. Die Sauerstofffrage ist heute allerdings mehr denn je zum Problem geworden. Mit wievielen Giftgasen muss heute die Luft rechnen! Dies gilt vor al-

lem für Industriegebiete. Auch grosser Autoverkehr mit seinen Giftgasen wirkt sich als überaus beeinträchtigend auf die Gesundheit aus. Leider betrifft dies nicht nur die Städte, denn die Städter fahren mit Vorliebe zur Erholung aufs Land oder in die Berge und sorgen auch dort mit ihren Fahrzeugen für die Verschmutzung der Luft. Nicht zu verschweigen sind auch die grossen Nachteile, die der moderne Massentourismus mit sich bringt, so dass Kurorte oft nicht besser daran sind als Grossstädte. Es ist also vielfach eine Kunst, sich vor verunreinigter Luft zu schützen. Durch Einatmung führt man diese Gifte in den Körper ein, und mit ihnen muss vor allem die Leber fertig werden. Um dazu gut befähigt zu sein, braucht sie neben der stofflichen Unterstützung durch die Ernährung und durch gute Medikamente auch noch viel Sauerstoff.

Die Aufnahme von genügend Sauerstoff können wir uns vor allem durch Atmung im Freien beschaffen, indem wir wandern oder vernünftigen Skisport betreiben. Ein Aufenthalt in den Bergen ermöglicht es uns zu gesunden, wenn wir durch die würzige Luft der Wälder und reinen Höhen viel Sauerstoff in uns aufnehmen können. Tiefatmungsübungen, die wir jeweils zu Hause vornehmen mögen, sind zwar recht, dauern aber nur einige Minuten, während wir beim Wandern und Sport uns eben immerhin etliche Stunden im Freien bewegen. Darum sind ja auch Garten- und Landarbeiten günstig, insofern der diesbezügliche Arbeitsplatz über gute Luft verfügt.

Weitere Hilfeleistungen

Oft schon konnte ich bei mir selbst feststellen, dass das Wandern in den Bergen das beste Heilmittel ist, besonders, wenn man durch zu viele Sorgen niedergedrückt sein mag. Im Winter hilft ein zweistündiger Aufstieg mit den Fellen unter den Skiern, da durch gleichmässiges Atmen während des Steigens die körperlichen Funktionen so angeregt werden, dass da-

durch das Empfinden rasch leichter und unwillkürlich wieder fröhlich wird. Ja, das Wandern durch die Wälder der Berge in frischer, sauerstoffreicher Luft ist ein tröstliches Mittel gegen Niedergeschlagenheit. Sobald wir uns erleichtert fühlen, beginnen wir auch alles Bedrückende weniger tragisch zu empfinden. Wichtig ist es ja, einen Ausweg zu erkennen und wieder Mut zu schöpfen, damit wir die Probleme des Lebens zu meistern vermögen. Da nun auch die Virusgrippe unser Gemüt belasten kann, ist es gut, nach der Genesung zur Stärkung noch einige Wandertage, die allerdings nicht anstrengend sein dürfen, einzufügen. Wer den Skisport beherrscht, kann sich im Winter auch während kurzer Skiferien erholen. Wer als Patient indes gehunfähig ist, also weder Sport treiben noch wandern kann, muss sich seinen Sauerstoffbedarf eben zu decken suchen, indem er sich einige Zeit in den Bergen, auf dem Lande oder am Meer aufhält. Im Winter kann man gut eingepackt auf dem Balkon seines Hotelzimmers in frischer Bergluft und Höhensonne eine Liegekur durchführen, wobei man sich mit zeitweiligem Tiefatmen den notwendigen Sauerstoff beschafft. Unter der heutigen Dunstglocke der Städte, vor allem der Grossstädte mit ihren Industriezentren, ist die Erholungszeit von fraglichem Erfolg.

Die bessere Wahl

Wer sich allerdings während der Krankheit mit Sulfonamiden und Antibiotika behelft, statt mit Naturheilanwendungen durchzuseuchen, wird sich nicht so leicht erholen können. Wer indes die Fieber mit Wickeln und anderen physikalischen Anwendungen unterstützte, indem er dadurch die körpereigene Abwehr förderte, wird daraus während der Erholungszeit Nutzen ziehen, da er sich rascher wieder völlig hergestellt fühlen wird. Wer die natürliche Gesetzmässigkeit seines Körpers missachtet und sie gewissermassen vergewaltigt, muss dafür unwillkürlich Tribut bezahlen. Wenn wir indes den Fieberzustand gut auszuwerten verstehen, handle es sich dabei um den Angriff von Bakterien oder Viren, dann fördern wir die Bildung von Abwehrstoffen und bekämpfen dadurch die Angreifer, gleichzeitig vermögen wir aber auch ihre giftigen Stoffwechselprodukte zu vernichten. Fieber erwirken einen viel regeren Stoffwechsel und eine angeregtere Tätigkeit aller Organe. Das hat zur Folge, dass auch das Herz viel schneller und reger arbeitet. Wenn wir all die erwähnten Vorzüge, die uns die eigene Natur bietet, richtig zu lenken und auszuwerten verstehen, dann ist dies heute noch im Zeitalter der modernen Chemie das beste, schützt es uns doch vor Nachteilen und Schädigungen.

Neue Form der Drogensucht

Es scheint wirklich modern geworden zu sein, dass man bei Krankheiten, die fieberhaft verlaufen, so bei der Grippe, die keineswegs harmlos ist, mit Sulfonamiden und Antibiotika eingreift. Dies nun ist für den Arzt und den Patienten sowie das Pflegepersonal sehr praktisch, erspart es doch die Arbeit der Naturanwendungen, vor allem der Physiotherapie. Entstehen dadurch Schäden besonders im seelischen Empfinden, dann bekämpft man diese mit den sogenannten Psychopharmaka. Auch das erweist sich für den Augenblick als praktisch, hat jedoch den Nachteil, dass

man von diesen Mitteln abhängig werden kann, was eine neue, keineswegs ungefährliche Form der Drogensucht bedeutet. Kürzlich erklärte mir ein bedeutender Fachmann aus einem der grössten pharmazeutischen Unternehmen der Schweiz, dass heute nicht mehr die zuvor so lukrativen Vitaminprodukte das zuträglichste Geschäft darstellen, weil inzwischen die Herstellung der Psychopharmaka ertragsmässig den Erfolg der Vitaminprodukte weit überflügelt habe. Dem Geschäftsmann mag das willkommen sein, zu bedauern sind dagegen die armen Patienten,