

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

**Herausgeber:** A. Vogel

**Band:** 33 (1976)

**Heft:** 10

**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:** 20.02.2026

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

ist vorteilhaft, dass diese Algendünger jederzeit gestreut werden können. Dabei ist zu beachten, dass man bei saurem Boden ungefähr 80 Kilo pro Are benötigt, während ein alkalischer Boden nur etwa die Hälfte davon beansprucht.

Die Algendüngung der Wiesen ist aus bestimmtem Grunde von grossem Vorteil, da man schon kurz nach der Düngung, wenn das Gras schnittbereit ist, ohne weiteres verfüttern kann, denn dies führt zu keinerlei Nachteilen, da die Algen nicht irgend etwas Giftiges in sich bergen, sondern sie entgiften im Gegenteil einen Boden, der zuvor falsch gedüngt worden ist. Sie erwecken eine Wiederherstellung der erwünschten Bodengare, was ebenfalls zum Vorteil dient. Aus all dem Erwähnten ist bestimmt ersichtlich, dass Algen-

düngung den biologischen Landbau wesentlich erleichtert, weshalb diese Düngungsart natürlich auch in der Gartenpflege Verwendung finden sollte. Es gehört immer zu einem beruhigenden Plus, wenn man trotz der Umweltverschmutzung mit natürlichen Werten einen gewissen Ausgleich schaffen kann. Allerdings mag auch die Verschmutzung der Meere zu Bedenken Veranlassung geben, solange aber der Nutzen bei der Verwendung von Naturerzeugnissen grösser ist als eine allfällige Schädigung, werden wir sie uns dennoch zu gewissem erfolgreichem Dienste beziehen können. Vergessen wir daher die Algendüngung nicht, denn sie unterstützt unsere Bemühungen auf wertvolle Weise, was uns bei biologischer Bearbeitung des Bodens sehr zugute kommt.

## Aus dem Leserkreis

### Lohnende Bodenbedeckung

Herr Sch. aus W. in Deutschland, ein eifriger Leser unserer Zeitschrift, ist besonders an den Artikeln über biologischen Gartenbau interessiert. Er beklagte sich über die grosse Trockenheit, während der vergangenen Wachstumsperiode, da sie eine verheerende Dürre zur Folge hatte. Deshalb hoffte er auf hilfreiche Ratschläge, um durch günstige Bewässerung Gemüse, Beeren und Niederstammobst durchhalten zu können, wobei es ihm allerdings auch noch um grosse, alte Bäume ging, da er beobachtet hatte, dass diese in noch nie dagewesenem Ausmass der Trockenheit anheimfielen. Die Bewässerungsmöglichkeit in der Ebene bereitet ihm infolge guten Flusswassers keine Sorgen, nur der Berghang bildete ein Problem für ihn.

Da bei uns in der Basler Gegend das Wässern zeitweise überhaupt verboten war, verstand ich seine Sorgen recht gut. Ich berichtete ihm nun, wie ich mich durchgefunden hatte, indem ich ihm schrieb: «Ich schlug mich während der Trockenheit in meinen Heilpflanzenkulturen sehr gut durch, denn ich arbeite immer mit Gründüngung, wobei ich um die Pflanzen herum eine frische Grasschicht von

etwa 10 Zentimeter lege. Wenn diese Schicht allmählich durch die Würmer verschwindet, lege ich eine neue auf. Für die Bäume – besonders für neu gepflanzte – fürchtete ich die Trockenheit doppelt und umgab sie daher mit einer Grasschicht von 20 bis 25 Zentimeter nebst anderem günstigem Material. Nach tüchtigem Gießen war es dieser Schicht möglich, die Feuchtigkeit zu halten.

Die Echinaceakulturen sind mir durch entsprechende Grasauflagen wunderbar frisch geblieben, obwohl ich jede einzelne Pflanze nur abends ein wenig begießen konnte, denn allzuviel Wasser stand nicht zur Verfügung. Die Ernte der Pflanzen erfolgte trotz der Trockenheit in gutem Zustand. Da, wo die Bodenbedeckung etwas mangelfhaft war, entstanden breite Risse von 5 Zentimeter im Lehmboden. Aber alles andere, das eine gute Bodenbedeckung erhalten hatte, hielt die Feuchtigkeit und blieb daher vor dem Austrocknen mit Rissen verschont.

Es stand mir auch noch ein grosser Tank zur Verfügung, den ich jeweils während regnerischen Zeiten mit Regenwasser vom Dach des Gartengeräteschuppens anfüllen liess. Damit konnte ich beim Begießen

notdürftig nachhelfen. Auch die Kartoffelpflanzen deckte ich mit Gras ab, so dass nur noch die Stauden herausschauten, und auch sie hielten sich gut. Nur bei den Erbsen hatte ich keine Ernte zu verzeichnen. Leider kam ich nicht früh genug dazu, die Himbeeren genügend abzudecken, doch konnte ich gleichwohl noch 50% davon ernten. Obwohl das Wiesland ganz rotgebrannt war, erholte es sich rasch wieder, denn nach drei oder vier Tagen Regen war es erneut grün. Die Wurzeln hatten nicht gelitten. Ob das mit der biologischen Düngung zusammenhängt oder nur mit der Bodenbeschaffenheit, weiß ich nicht. Auf alle Fälle kam es mir wie das Wunder in der Wüste vor, wenn nach einem erfrischenden Regen alles zu grünen und zu blühen beginnt.

### Hilfe durch Kohlblätterauflagen

Mitte Juli berichtete uns Frau St. aus Kanada unter anderem über ihre Erfahrungen, die ihr «Der kleine Doktor» und die «Gesundheits-Nachrichten» ermöglichten. Sie schrieb: «Ich habe eine Schwester in Russland, die mir öfters über ihre Schmerzen in den Gliedern berichtete, so dass sie nicht schlafen konnte. Ich schrieb ihr dann über die Heilungsmöglichkeit durch den Kohl, und mein Brief gelangte gerade an sie, als sie starke Ohrenschmerzen hatte. Wegen hohen Blutdrucks wagte sie nicht, mit Wärmeanwendungen vorzugehen. Auf meinen Rat hin machte sie zwei Nächte hindurch Anwendungen mit gequetschten Kohlblättern, worauf es ihr besser erging. Sie fing dann auch an, die Auflagen etliche Tage gegen Rheuma und Hämorrhoiden zu gebrauchen, weshalb sie mir berichten konnte, dass ein halber Liter Unrat von ihr weggegangen sei. Vor lauter Freude war sie so froh und glücklich darüber, dass sie nicht wusste, was sie sagen sollte, denn sie konnte jetzt so gut schlafen, wie sie es schon jahrelang nicht mehr gekonnt hatte.»

Auch die Berichterstatterin hatte an sich selbst einen guten Erfolg mit den Kohlblätteranwendungen zu verzeichnen, worüber sie schrieb: «Ich stand eines Mor-

gens auf und vertrat mir die Füsse auf dem Linoleumboden stark. Mein linker Fuß fing mich zu schmerzen an, und ich legte mich ein Weilchen nieder, um dann meine Arbeit zu verrichten. Mittags musste ich mich nochmals legen, bekam aber so grosse Schmerzen, dass ich wieder aufstand, doch konnte ich nicht gehen. Da kam mir der Kohl in den Sinn. Weil er so hart war, legte ich ihn zwischen Gaze und kloppte ihn. Dann wickelte ich ihn um mein Bein. Zwei Stunden lang verspürte ich noch die Schmerzen, worauf sie nachliessen. Am nächsten Tag konnte ich aufstehen und meine Arbeit verrichten, als ob nichts geschehen wäre. Zuvor hatten meine Kinder gemeint, ich müsse den Doktor rufen oder ins Krankenhaus gehen, denn der Fuß war ganz stark blau. Wer weiß, wie lange ich da hätte liegen müssen? Haben Sie herzlichen Dank für alles Gute!»

Oft vergisst man, wie nützlich sich einfache Kohlblätterauflagen erweisen können, darum erinnern uns solche Mitteilungen vorteilhaft daran, denn nichts spart so sehr an, wie ein guter, völlig risikoloser Erfolg. Gewöhnlich belächeln Aerzte solcherlei Bemühungen mitleidig, weil sie ihre allopathischen Mittel höher einschätzen, da sie in der Regel den Schmerz rascher zu beheben vermögen. Gleichwohl ist aber eine Heilung dienlicher als die blosse Betäubung von Schmerzen, und die Mühe lohnt sich, durch das, was man damit erreicht.

---

### Berichtigung

Im Artikel «Bluthochdruck und Kochsalz», der in der August-Nummer erschien, sollte es auf Seite 121 in der 12. Zeile der ersten Spalte Hypertoniker statt Hypotoniker heißen.

---

### BIOCHEMISCHER VEREIN ZÜRICH

Öffentlicher Vortrag, Dienstag, 19. Oktober, 20 Uhr, im Café «Seidenhof», Sihlstrasse 7.

W. Nussbaumer spricht über: «Das Magnesium als Heilmittel gegen Angina pectoris und Herzschwäche.»

---