

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 34 (1977)  
**Heft:** 1

**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:** 23.02.2026

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

der sich wichtiger vorkommt als die schöpferische Weisheit, die sich in der Natur offenbart. Bedenklich ist es allerdings, wenn die Muttermilch Gifte darreicht. Dies kann durch Nikotin, durch DDT, durch Drogen und anderweitige Gifte ge-

schehen. Es handelt sich hierbei um ein schwieriges Problem unserer Neuzeit, und jede verantwortungsbewusste Mutter wird sich bemühen, die richtige Einstellung zu erlangen, was ein späterer Artikel behandeln wird.

## Gesunde Schwangerschaft — glückliche Geburt

Unter diesem Titel gab Frau Dr. med. Liechti ein Buch heraus, das jede werdende Mutter lesen sollte, damit sie dieses in allen Lagen der Schwangerschaft zu Rate ziehen kann. Besonders Frauen, die vor ihrer ersten Geburt stehen, finden in diesem Buch beruhigende Erklärungen, die auf Erfahrung und gute Beobachtung einer geschickten Ärztin beruhen. Sehr oft ängstigen sich junge, werdende Mütter, die das Erlebnis einer Geburt zum ersten Male vor sich haben, denn Ungewohntes, das zudem mit Schmerzen verbunden ist, kann leicht Befürchtungen wachrufen. Anderseits sollte sich eine solche werdende Mutter auch stets vor Augen führen, welch wunderbares Erlebnis es ist, wenn man

einem Kinde Leben und Gesundheit schenken kann. Sie sollte sich daher durch beängstigende Gefühle nicht ungünstig einstellen lassen, sondern die guten Ratschläge und Anweisungen benützen, da diese die Schwangerschaft und Geburt erleichtern helfen. Zugegeben, das Schwangerschaftserbrechen und auch andere Beschwerden sind unangenehm, doch bietet die Phytotherapie, die Homöopathie und andere natürliche Anwendungen grosse Erleichterung, wenn nicht sogar Behebung unangenehmer Einflüsse.

Das Buch besitzt 308 Seiten und zahlreiche Abbildungen. Es erschien im «Wendepunkt»-Verlag, 8703 Erlenbach ZH, und kann von dort bezogen werden.

## Aus dem Leserkreis

### Erfolg bei Warzenbehandlung

Am 1. Oktober 1976 schrieb uns Herr Q. aus L.: «Ich möchte Sie wissen lassen, dass ich die vielen guten Ratschläge in den „Gesundheits-Nachrichten“ sehr schätze. Bei dieser Gelegenheit bedanke ich mich auch für den Rat, gegen Warzen mit Knoblauch vorzugehen. Mein Sohn hatte eine alte, grosse Warze am linken Zeigefinger. Gegen diese half kein Mittel. Mit der Zeit entstanden viele weitere, kleinere Warzen auch an der linken Innenhand, so dass er seinen Finger nicht mehr richtig krümmen konnte. Wir legten innert vier Wochen zweimal Knoblauch auf die Warze, wodurch wir sie wegbekamen. Teilweise haben wir auch bei einigen kleineren Warzen diese Methode angewandt. Das war vor ungefähr sechs Wochen. In dieser Zeit sind alle Warzen, auch die nicht behandelten, nach und nach zurückgegangen, so dass die Stellen, an denen sie auf-

traten, kaum noch als solche kenntlich sind.» – Erfolge durch natürliche Behandlung sind besonders in hartnäckigen Fällen sehr erwünscht.

### Die willkommenen «Gesundheits-Nachrichten»

Anfangs des letzten Jahres erhielten wir durch Herrn B., alt Nationalrat, aus Z., eine anspornende Beurteilung unserer «Gesundheits-Nachrichten». Sie begleitete unsere Mühewaltung denn auch bis heute, so dass sie fernerhin dem entsprechen sollte, was dieses Schreiben zu erwähnen hatte. Es lautete: «Ich benütze die Gelegenheit, um Ihnen – stellvertretend für viele Leser – für die Uebermittlung der „Gesundheits-Nachrichten“ zu danken. Sie führen zum Nachdenken, regen an und mehren das wichtige Kapitel der Gesundheit. Ihre Artikel haben Tiefe und gehen den Dingen analysierend auf

den Grund. Der geistig-ethische Hintergrund ist immer spürbar. Diese Leistung sticht wohltuend ab von der sich ausbreitenden oberflächlichen Schreibweise.» – Mit freundlichen Grüßen begleitet, findet dann der Schluss des Schreibens, das solle uns Gott vergelten, was ebenfalls für sich spricht.

### Wer gehorcht, hat Erfolg

Aus Polen ging uns durch Frau S. ein freudiger Bericht zu, denn seit dem Herbst 1975 besserte ihr allgemeiner Gesundheitszustand durch Verwendung von Thuya, Petaforce, Urticalcin, Kelpasan, Echinaforce und Ovasan. Als sie jedoch während einer Grippeepidemie als einzige in der Familie durchhalten musste, war die Anstrengung zu gross, so dass sich gesamthaft ein Rückschlag einstellte. Allerdings verlor die Kranke den Mut nicht, sondern fing ganz einfach wieder von vorne an mit strenger Diät, Bädern, Wickeln sowie der Einnahme der Mittel. Da es dadurch wieder gut ging, konnte sie auf die empfohlene Schondiät im Leberbuch übergehen. Der Erfolg war, dass sie es wagte, eine Reise zu Verwandten zu unternehmen. Dort allerdings bekam ihr die gewöhnliche Kost nicht gut, so dass sie sich nach 14 Tagen heftiger Gelenkschmerzen wegen zu beklagen hatte, da diese nicht mehr weichen wollten. Kurz darauf streikten auch die Nieren wieder und der Blutzucker fiel erneut auf 82 mg%. So berichtete die Patientin und fuhr fort: «Jetzt halte ich wieder fleischlose, eiweissarme Diät. Am besten fühle ich mich, wenn ich mich ganz an die Ratschläge im Leberbuch halte. Doch, es ist nicht immer leicht, festzubleiben gegenüber dem Zureden anderer, besonders wenn man so viele gute Dinge sieht oder solche gar selber zurichten muss. Ein Uebel macht mir schwer, nämlich ein schreckliches Verlangen nach Süßem. Die Artikel über Krebs-, Nerven- und Zuckerkrankte gaben mir wieder neuen Ansporn zum Durchhalten. Die 'Gesundheits-Nachrichten' sind so zeitgemäß, und ich kann nicht genug dafür danken. Mein Befund ist jetzt gut, und ich fühle

mich auch gut, worüber ich mich recht freue.

### Wie ich mir anderseits zu helfen wusste

Im übrigen möchte ich noch berichten, was mir gegen chronischen Schnupfen und Halsentzündung geholfen hat. Verursacht wurden diese besonders durch die Waschmittel während eines Waschtages, obwohl ich bereits sehr vorsichtig mit deren Wahl geworden bin. Mit Echinaforce reibe ich mir die Nasenschleimhäute ein. Davon verwende ich auch 10 Tropfen in etwas Wasser zusammen mit fünf Tropfen Petasites, halte dies lange im Munde, worauf ich vor dem Hinunterschlucken damit noch gorgle. Dies wiederhole ich zwei- bis dreimal. Das hat mir geholfen. Die Nacht nach dem Waschen waren immer alle Schleimhäute geschwollen, so dass ich nicht mehr gut atmen und dadurch auch nicht gut schlafen konnte. Jetzt habe ich Ruhe damit. Die Hände und das Gesicht waren mir nach der Wäsche oft leicht geschwollen. Auch dieses Uebel ist, seit ich mich nach der Arbeit mit warmem Wasser und guter Seife wasche, kurz abtrockne und mit Zitronensaft oder verdünntem Molkosan einreibe, verschwunden.»

Da die Patientin diese Empfindlichkeit zuvor als allergisch bezeichnete, hat sie wirklich mit einfacher Hilfeleistung erfreulichen Erfolg erzielt. Dies betrifft auch ihre epileptischen Anfälle, die wesentlich seltener geworden sind, denn auch auf diesem Gebiet wurden die Hinweise wohl beachtet und befolgt. Dass dies von Bedeutung ist, zeigen die jeweiligen Rückschläge, die besonders durch das Umgehen der Diätvorschriften erfolgten. Der Wunsch, dass dieser Bericht auch anderen Leidenden etwas helfen könne, veranlasste die Schreiberin, ihn bekanntzugeben.

---

### BIOCHEMISCHER VEREIN ZÜRICH

Einladung zur Generalversammlung:

Dienstag, den 18. Januar 1977, um 20 Uhr  
im Café «Seidenhof», Sihlstrasse 7

Der Vorstand erwartet einen guten Besuch.

---