

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 34 (1977)  
**Heft:** 12

**Artikel:** Vernünftige Hautpflege  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-553775>

### **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:** 22.02.2026

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

Vergiftungen mit pflanzlichen Giften aufgebaut.

### Beachtliche Unterschiede

Es besteht nun zwischen pflanzlichen und chemischen Giften ein bemerkenswerter Unterschied, der bei der Beurteilung unbedingt in Betracht fallen muss. Uebersteht der Körper die Giftwirkung pflanzlicher Gifte, dann kann er diese auch wieder entgiften, was bedeutet, dass er sie zu neutralisieren vermag. Dieser Vorzug ist nun aber bei anorganischen und chemischen Giften nicht der Fall, werden diese doch in der Regel im Körper abgelagert, wobei sie oft eine vergiftende Dauerwirkung auslösen. Dies ist bei vielen metallischen Giften, wie Arsen und Quecksilber zu beachten. Noch schlimmer ist die Auswirkung bei den chlorierten Kohlenwasserstoffen, wie DDT, Aldrin und dergleichen mehr. Diese lagern sich nämlich im Körperfett ab, um sich dort stets als Zellgift zu betätigen, dessen Wirkung bestimmt immer stark cancerogen ist. Die heimtückische Wirksamkeit chemischer Gifte kann sich deshalb keineswegs rechtfertigen, indem man mit besonderem Nachdruck auf Pflanzengifte hinweist.

Ein weiterer entlastender Punkt für letztere liegt in dem Vorteil, dass der Körper in der Regel viel besser auf Pflanzengifte reagiert, indem er sie durch einen Brechdurchfall entschieden loszuwerden sucht.

Dies verhält sich indes bei Vergiftung mit chemischen Mitteln anders, weil sich dadurch vielfach keine eigentliche akute Vergiftungserscheinungen auslösen, denn wie gut getarnte Verbrecher treten sie schleichend auf, um im Zellstaate ihr Unwesen zu treiben. Ihre Feindseligkeit ist in der Regel so unsichtbar, dass ihre verheerende Wirksamkeit erst zutage tritt, wenn Missgeburten, Krebsgeschwulste oder Erscheinungen anderer degenerativer Art, die im Zellstaate schwer zu beeinflussen sind, sich als schwierige Probleme erweisen. Ganze Bücher könnten über den Kampf gegen direkte und indirekte Schädigungen durch chemische Produkte berichtet werden. Im Vergleich hierzu betragen die Schädigungen durch Pflanzengifte nur einen kleinen Prozentsatz. Im gleichen Verhältnis stehen auch allfällige Todesfälle. Wir sollten uns demnach nicht auf Schlussfolgerungen stützen, die gewissermassen hinken und daher nicht zuverlässig sind. Pflanzliche Gifte gelangen in der Naturheilmethode nie in allopathischer Form zur Anwendung, sondern nur in jenen Verdünnungen, die heilsam zu wirken vermögen. Bei unachtsamer Vergiftung durch unbekannte Wildpflanzen oder Wildfrüchte besteht die Möglichkeit, diese durch einfache, natürliche Anwendungen wieder loszuwerden, worauf man nachher jegliche Vergiftungsspuren völlig ausmerzen kann, während chemische Gifte meist eine Dauerschädigung zur Folge haben.

### Vernünftige Hautpflege

Wer über seinen Körper Bescheid weiss, schätzt die grossartige Ausrüstung, die er durch ihn auf den Lebensweg mitbekommen hat. So wird nach der heutigen Erkenntnis die Haut als zweite Lunge und zweite Niere bezeichnet und das zu Recht. Viele Erfahrungen bestätigen diese Behauptung, denn die Haut übt lebenswichtige Funktionen aus, sonst würde nicht eine Lebensgefahr entstehen, wenn zwei Drittel der Hauttätigkeit ausbleiben. Dies kann vor allem durch Verbrennungen ge-

schehen. Erstaunlich ist es aber auch, wie sich die Haut einzusetzen versteht, wenn die Nieren vorübergehend versagen. Sie besitzt bekanntlich Schweissdrüsen, durch die sie unzählige Giftstoffe ausscheiden kann. Auch für die Aufnahme von Stoffen ist sie ausgerüstet. Öle, Pflanzenextrakte, ja sogar Hormone kann sie dem Körper zuführen. Es ist eine erwiesene Tatsache, dass nach einem Kräuterbad die unmittelbare Urinuntersuchung erkennen lässt, dass sich durch gewisse ausgeschie-

dene Stoffe der Kräuterextrakt infolge Eindringen durch die Haut als wirksam erweisen konnte.

### Weitere Fähigkeiten

Es liegen auch interessante Erfahrungen bei Kinderlähmung und M.S. vor. Um diese hartnäckigen Krankheiten günstig beeinflussen zu können, massiert man eine Keimdrüsensubstanz beidseitig längs der Wirbelsäule ein. Die durch die Haut aufgenommenen Hormone können spontane Heilreaktionen auslösen, was bestimmt verwunderlich ist. Gebraucht man gequetschte Kohl- oder Wallwurzblätter bei Quetschungen, ja sogar bei Knochenbrüchen als Kräuterpackungen, dann kann dies infolge schnellerer Kallusbildung zur rascheren Heilung führen. Wenn wir all diese Fähigkeiten der Haut näher betrachten, müssen wir sie wirklich als leistungsfähig beurteilen, denn sie ist nicht nur, wie wir annehmen mögen, ein ungegerbtes Leder. Zwar muss man auch das Leder pflegen und gelegentlich einfetten, damit es nicht rissig und spröde wird.

### Welche Art von Pflege?

Wir mögen nun glauben, der Haut den richtigen Dienst mit Schmierem, Salben und Pudern zu leisten, aber das ist nicht ohne weiteres richtig. Unsere Haut verfügt nämlich über äusserst aktiv arbeitende Poren, über kleine Drüsen und Kanäle, die man auf keinen Fall zupflastern und verstopfen darf. Die Folge wäre ein sehr empfindlicher Schaden, da die Haut dadurch degenerieren würde. Dies ist so, weil infolgedessen ihre Funktionen dadurch gestört werden. Durch diese Schädigung kann nicht nur die Haut, sondern mit ihr der ganze Mensch krank werden, und das müssen wir durch vernünftige Hautpflege zu verhindern suchen.

Erfahrungsgemäss ist es in mancher Hinsicht für den Körper besser, wenn man nur die Natur arbeiten lässt, als eine ver-

kehrte Pflege einzuschalten, wird man mit dieser doch mehr schaden als nützen. Wichtig ist in erster Linie, die Haut rein zu halten. Müssen wir hierzu eine Seife gebrauchen, dann muss diese ganz milde sein. Sie darf nicht zu stark sein und dadurch zuviel Fett lösen, weil dies die Talgdrüsen auslaugen würde, was nicht günstig wäre. Seien wir demnach vorsichtig. Wenn man eine Seife auf der Zunge testet, darf sie weder brennen noch beißen. Man bezeichnet Seifen, die dem entsprechen, was die Haut erfordert, als hautfreundlich und diese Beurteilung kann sowohl unsere neue Symphytumseife, als auch die Echinaceaseife für sich beanspruchen. Mancher wünscht sich entsprechende Abhilfe bei unerwünschten Ausdünstungen, weshalb er mit Erfolg zur Hamamelisseife greifen wird. Bei ganz trockener, ja selbst bei spröder Haut verwendet man vorteilhaft die Creme Bioforce, indem man sie sehr sparsam aufträgt. Arbeitet die Haut normal, dann kann man sie sich aktiv und jugendlich erhalten, wenn man sich der neuen Wallwurzcreme bedient. Sie wirkt sehr zufriedenstellend, da sie nicht fettet, gut eindringt und die Haut elastisch und seidenweich werden lässt. Es ist dies nicht verwunderlich, besitzt diese Creme doch die Schleimstoffe des Symphytums, also der Wallwurzpflanze. Bekanntlich regen diese die Hautfunktion an und erhöhen die Spannkraft, was beweist, dass sich die erwähnten Schleimstoffe in dieser Creme in voller Wirksamkeit entfalten können. Bevor man sich über Runzeln beklagen muss, greift man vorsorglich zu einem Wallwurzpräparat in Form von Tinktur oder Creme. Wallwurz wirkt sich demnach als Wunderpflanze für die Haut aus, indem sie diese jung und aktiv erhält. Die richtige Pflege der Haut erfordert nicht viel, sondern nur das, was diese benötigt, und so wird die Wallwurzcreme für viele eine willkommene Hilfe sein.