

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 35 (1978)  
**Heft:** 5

**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:** 24.01.2026

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

zu lassen, um weniger Zeit mit Störungen und Reparaturen verlieren zu müssen, ist es bestimmt auch angebracht, dem eigenen Körper die richtige Aufmerksamkeit zu zollen, statt abzuwarten, bis ein Versagen oder eine Krankheit meldet, dass ein Mangel vorhanden ist, weshalb er behoben werden sollte. Jede erfahrene Hausfrau weiss, wieviel Mühe sie sich ersparen

kann, wenn sie beschädigte Wäsche oder Kleidungsstücke frühzeitig ausbessert. Ebenso vorteilhaft ist die Wachsamkeit unserem Körper gegenüber, damit er möglichst lange leistungsfähig bleiben kann, steht für ihn doch kein Ersatz zur Verfügung. Gute Beobachtung unsererseits verdrängt unnötige Aengstlichkeit, die uns höchstens schaden könnte.

## Aus dem Leserkreis

### Warm empfohlener Kurbetrieb

Oft treffen Anfragen nach einem empfehlenswerten Kurheim bei uns ein. Es dient daher immer zur Beruhigung, wenn die Empfehlung auf Erfahrung beruht. Erfreulich ist daher die Meldung von Fr. M. aus B. Sie lautet: «Vor ungefähr einem Jahr las ich ein Inserat in den 'Gesundheits-Nachrichten' vom Mokoia Health Centre in Troon/Schottland. Im kommenden Juli fuhr ich dann für etwa sechs Wochen dorthin und wurde nicht enttäuscht. Im Gegenteil, es wurde mir mehr geboten, als ich je gedacht hätte. Diese Betreuung ist einfach einmalig. Der Leiter und Besitzer, Dr. de Vries, versteht es, eine ausgesprochen vertraute, heimelige Atmosphäre zu schaffen. Sie erschien mir als unnachahmlich. Auch durch die Einstellung des Personals kann man sich wie zu Hause fühlen. Ich kann also dieses Haus wärmstens empfehlen.»

Wer für seine Gesundheit nach solch einem Heim Ausschau hält, wird die erfahrungstreue Empfehlung sicher sehr begrüßen. Durch den Massentourismus wird alles mehr oder weniger unpersönlich abgewickelt, wer aber besonderen Wert auf eine verständnisvolle Betreuung legt, wird diesen Hinweis sicher wertschätzen.

### Erfahrung überzeugt und lohnt sich

Wenn heute auch Heilerfolge nur noch durch klinischen Test Geltung gewinnen sollten, wirkt sich doch die Erfahrung des Alltags immer noch am vertrauensvollsten aus, denn was anderes wünscht sich ein Kranker, als einfach geheilt zu wer-

den. Es unterliegt ja auch seiner persönlichen Freiheit, die eigene Wahl der Heilweise zu treffen. Köstlich aber ist es, wenn sich ganz unerwartet und völlig unbeabsichtigt eine Heilung einstellt, wie dies Frau C. aus A. Mitte März meldete. Sie schrieb unter anderem: «Durch Irrtum meinerseits schluckte ich morgens und abends einen Teelöffel voll Johannisöl. 50 Jahre hatte ich unter Blähungen und Gärungen gelitten und diese sind nun innert vier Tagen verschwunden. Wussten Sie das, oder ist dies eine neue Entdeckung? Ich will sie nicht für mich behalten und teile Ihnen diese Erfahrung eiligst mit. Verschlinge jeweils Ihre Literatur. Nur diese ist für mich noch wichtig.»

Es ist begreiflich, wenn man heute Erfolge mit risikolosen Ratschlägen wertschätzt, wie auch Erfahrungen, die man als Geschenk empfinden kann, wenn sie unerwartete Befreiung von jahrelangen Störungen herbeiführen. Es würde sich bestimmt lohnen, noch viele solcher Erfahrungen sammeln zu können.

### Unerwartete Hilfe bei Hornhautentzündung

Bekanntlich können sich Augenleiden sehr schmerzhaft auswirken. Es ist daher erfreulich, wenn man auf einfache Weise Hilfe erfährt, denn nicht immer genügen je nach Art der Erkrankung unsere harmlosen Naturmittel. Frau W. aus F. hatte nun aber Glück damit. Sie berichtete uns im März: «Als ich von meiner Augenärztin in die Universitätsklinik überwiesen werden sollte, las ich erst einmal nach,

was mir ‚Der kleine Doktor‘ bei Hornhautentzündung empfehlen würde. Ich badete dann das kranke Auge in lauwarmem Wasser, dem ich 8 Tropfen Echinaforce beigab. Binnen einer Woche war meine Entzündung geheilt. Als ich durch Zufall die Aerztin auf der Strasse antraf, war sie über mein geheiltes Auge erstaunt, weil sie ein Geschwür vermutet hatte. Nun wollte sie gerne wissen, wie ich vorgegangen war. Ich sagte ihr, ich hätte ein Wundermittel genommen. Darauf meinte sie, wir müssten uns darüber noch unterhalten.

Ich verwende viele Ihrer Mittel und freue mich darüber wie auch alle meine guten Bekannten. Auch möchte ich mich herzlich bedanken für die grosse Hilfe, die mir ‚Der kleine Doktor‘ in all den Jahren zuteil werden liess.»

Es ist immer eine Genugtuung solche Bestätigungen zu erhalten, beweist dies doch, dass die dargebotene Hilfe ihren Zweck erfüllte und das ist, besonders in unserer umstrittenen Zeit, immer wieder anspornend.

## Ein notwendiges Anliegen

Jeder ist sich bekanntlich selbst der Nächste, und daher ist es peinlich, wenn er auf seine weitgehenden Fragen keine Antwort erhält. Aber ein guter Ersatz bildet in dem Falle unsere hilfreiche Literatur, «Der kleine Doktor», «Die Leber als Regulatur der Gesundheit», die monatlichen «Gesundheits-Nachrichten» wie auch der «Gesundheitsführer durch südliche und tropische Länder.» Viele glauben zwar, bei uns sei das zuletzt erwähnte Buch überflüssig, da ihnen keine Tropenreise bevorstehe. Aber der zunehmende Flugverkehr mit seinem Massentourismus bringt jene gefürchteten, ansteckenden Krankheiten auch in unsere Gegenden. Noch sind zwar die wenigsten unserer Aerzte damit vertraut, weshalb es zu unserem Vorteil gereicht, wenn wir durch das erwähnte Buch genügend Einblick in die verschiedensten Gefahren erhalten.

### Efeu zur Pflege der Füsse

Oft erweist sich Hornhaut an den Füssen als sehr lästig, besonders auch die sogenannten Hühneraugen. Eine hilfreiche Anwendung dagegen teilte uns Frau G. aus E. mit, denn sie hat das Mittel selbst ausprobiert und möchte es zum Wohle leidender Füsse bekanntgeben. Sie schrieb: «Hornhaut an den Füssen kann man mit Efeutee prima aufweichen. Ungefähr eine halbe Stunde badet man die Füsse im Tee, der gut warm sein soll. Darauf schabt man auf diese Weise aufgeweichte Hornhaut mit einem günstigen Instrument ab. Sogar Hühneraugen kann man mit der Zeit wegbringen.»

Es ist dies bestimmt eine einfache Anwendung, und wenn man erfahren hat, wie lästig sich Hornhaut an den Füssen äussern kann, ist es der Mühe wert, sich auf solche Weise wieder schmerzloses Gehen zu ermöglichen. Bei Hühneraugen braucht es vielleicht etwas mehr Geduld, sie loszuwerden, aber es ist vorteilhaft, auch für sie eine harmlose Anwendung zu kennen.

### Der dargebotene Ausweg

Auch haben wir unsere Bücher im Hinblick auf die vielen Leidenden verfasst, damit sie selbst die Möglichkeit haben, das Wesen einer Krankheit und die risikolosen Naturmittel nebst Naturanwendungen kennenzulernen.

Dies alles sollten unsere Patienten, Freunde und Bekannte im richtigen Sinne ausnützen. Die Heilung einer Krankheit hängt nicht von deren raschen Schmerzbekämpfung ab, sondern von einsichtsvoller, geduldiger Pflege. Wer nun die gegebenen Ratschläge voll beachtet, wird fortschreitend Erfolg erzielen können und braucht daher nur im Falle von Unsicherheit entweder telefonisch oder im kurzen Telegrammstil an unseren Betrieb in Teufen zu gelangen, um die notwendige Auskunft zu erhalten. Auf diese Weise wird er schnell bedient