

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 36 (1979)  
**Heft:** 10

**Artikel:** Günstige Getränkewahl  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-553312>

### **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:** 12.01.2026

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



Rubiaforce, das aus der Färberwurzel gewonnen wird, kurmässig anzuwenden. Statt die Mittel in solchem Falle nur in Hagebuttentee einzunehmen, wird es wirkungsvoller sein, sehr viel Solidagottee zu trinken. Auch Nierentee mit Solidago kann gute Dienste leisten.

Sehr willkommen ist Solidago auch bei Hautunreinigkeiten, Ekzemen und skrofulösen Ausschlägen, denn sowohl innerlich als auch äusserlich erweist es sich dabei als zuverlässige Hilfe.

Wer frische Pflanzen zur Verfügung hat, kann diese kalt ansetzen und sie acht Stunden ziehen lassen, weil die regenerierende Wirkung auf die Nieren auf diese Weise

noch grösser ist. Am allerkräftigsten wirkt sich die Pflanze jedoch aus, wenn man sie roh kaut. Das ist nicht so abwegig, denn Goldrutenblüten und -blätter haben einen solch angenehm würzigen Geschmack, dass man sich an den Rohgenuss leicht gewöhnen kann. – Ebenso vorzüglich ist es, wenn man aus Solidago einen Sirup herstellt, denn dieser erweist sich als durststillend und zugleich als heilwirkend. – Auch für Rheumatiker gibt es kein anderes Mittel, das mehr Harnsäure ausscheiden würde als Solidago. So sollte denn diese Pflanze gebührende Beachtung erlangen und in unserer Hausapotheke nie fehlen.

### Günstige Getränkewahl

Was sind wir zu trinken gewohnt, um das Bedürfnis nach Flüssigkeit zu stillen? Ist es Wein, Bier, Coca-Cola, Süssmost, Traubensaft oder irgendein süsses, gefärbtes, aromatisiertes Wasser, wie sie heute im Handel erhältlich sind? Richten wir uns bei unserer Getränkewahl nur nach unserer Vorliebe oder beachten wir auch den gesundheitlichen Wert dessen, was wir bevorzugen? Dies wäre wohl richtig und in solchem Falle werden wir das neue Getränk Molkona bestimmt sehr begrüßen. Es ist aus Schotte und Kräutern bereitet und mit Honig und Dattelsucker leicht gesüsst. Sicher dient es zu unserem Vorteil, nicht nur etwas zu trinken, das unseren Durst stillt, sondern etwas, das gleichzeitig dem Körper auch noch natürliche Mineralsalze zu vermitteln vermag. Dies ist insofern doppelt notwendig, da die heutige Nahrung vorwiegend entwertet ist und deshalb die entsprechende Mineralsalzzufuhr nicht decken kann, weil sie, wie feststellbar, arm an Mineralsalzen ist. Aus diesem Grunde ist Molkona als mineralsalzreiche Nahrungsergänzung sehr willkommen. Das Getränk enthält die wertvollen Kalk- und Magnesiumsalze der Milch in einer Form, in der sie vom Körper leicht aufgenommen werden können. Molkona ist nicht nur gehaltlich sehr wertvoll, sondern es bietet auch geschmack-

lich einen besonderen Genuss. Haben sich Kinder an Molkona erst einmal gewöhnt, dann gilt bei ihnen der Grundsatz: «Einmal Molkona, immer Molkona!»

Der Bestandteil rechtsdrehender Milchsäure verschafft Molkona bei empfindlichen Darmschleimhäuten auch den Vorteil günstiger Auswirkung, sogar wenn bereits eine Dysbakterie vorhanden ist. Milchsäurehaltige Getränke, die mässig gesüsst sind, stillen den Durst besser als ein frucht- oder zitronensäurehaltiges Getränk, das stark gesüsst worden ist.

Alte Chroniken aus Frankreich berichten uns, dass vornehme Herren aus dem französischen Adel jeweils zu Molkentrinkuren in der Schweiz Zuflucht nahmen, wenn sie wegen zu starker Ueberfütterung übergewichtig geworden waren. Diese Kuren verminderten nämlich ihr Uebergewicht, wodurch sich auch der Cholesterinspiegel senken konnte. Auch Molkona kann zur bescheidenen Molken-Trinkkur dienen, insofern man dabei eine eiweissarme Diät beachtet.

Bei kühler Aufbewahrung bleibt Molkona immer erfrischend, durststillend und gleich wertvoll. Gesundheitsbewusste Menschen wählen Molkona als das ideale Getränk für den Alltag sowie für Festzeiten, da es dem entspricht, was sie gesucht haben.