

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 37 (1980)  
**Heft:** 5

**Artikel:** Weizenkleie statt Abführmittel  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-552384>

### **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:** 16.02.2026

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



Die alten Griechen hatten Erfolg mit dem wilden Thymian bei Schlangenbiss, was wahrscheinlich ebenfalls der Thymolwirkung zuzuschreiben war. Auch die mongolische Medizin benützt Quendel als Desinfektions- und Wundheilmittel. Nicht nur für Kleinkinder sind Quendelbäder stärkend und belebend, sondern vor allem auch für Kinder, die skrofulös und lymphatisch sind. Erhalten diese wöchentlich ein oder zwei Thymianbäder, dann können sie reichen Nutzen daraus ziehen. Man überbrüht das Badekräutlein nur

rasch und lässt ihm Zeit zum Ziehen, aber zugedeckt, damit sich die wertvollen, ätherischen Stoffe nicht in die Luft verflüchtigen können. – In Russland verwendet man den Quendeltee als bestes Mittel gegen die Trunksucht. Wird er längere Zeit zu diesem Zweck eingenommen, dann sollen dadurch die schwersten Fälle bessern. Es liesse sich noch viel Vorteilhaftes über das würzige Kräutlein erwähnen, und seine Dienste sind wertvoll genug, nicht in Vergessenheit zu geraten, wie dies heute so leicht geschehen kann.

### Rätselhafter, weisser Zucker

Nur gute Beobachtung lässt uns das Rätsel, das uns der weisse Zucker aufgibt, lösen. Ein jüngerer Patient, der als typischer Lymphatiker mit einer empfindlichen Lunge zu rechnen hatte, verhalf mir dazu.

Da die Lunge bekanntlich über kein Gefühlsnervensystem verfügt, meldet sie schmerzhaft Unstimmigkeiten jeweils über das Brustfell. Immer, wenn der erwähnte Patient seine Speisen mit weissem Zucker süsste, konnte er Schmerzen auf dem Brustfell feststellen. Zuerst glaubte ich, es handle sich dabei nur um Einbildung, beruhe also auf seelischer Grundlage. Gleichwohl suchte ich der Sache auf den Grund zu gehen und prüfte daher noch ähnliche, empfindliche Fälle, allerdings ohne dabei meine Absichten bekanntzugeben. Es war nun interessant, dass sich auch bei diesen Fällen durch die Einnahme von weissem Zucker jeweils der gleiche Schmerz meldete. Da Honig und süsse Früchte diese Schmerzsymptome jedoch nie auslösten, musste ich schlussfolgern, dass dieser Schmerz nur

durch den entwerteten Zucker verursacht werden konnte. Vielleicht geschah es durch dessen Mineralstoffmangel oder vielleicht durch unbekannt Mechanismen, die womöglich im Lymphsystem ausgelöst wurden. Ich musste also der rätselhaften Ursache weiter nachforschen. Von dieser Zeit an schien es mir jedoch doppelt angebracht zu sein, bei jeglicher Diät- und Ernährungsvorschrift Weisszuckerprodukte gänzlich auszuschalten. Ich war überzeugt, dass die vielfach bestätigte Erfahrung auf Nahrungsmittel zurückzuführen war, denen es wegen Raffinierung an den notwendigen Mineralien mangelte. Diese Beraubung schien wirklich für die Reaktion und Schädigungen verantwortlich zu sein. Scheinbar unbedeutende Ursachen können sich im Laufe der Jahre schädigend summieren und dadurch das ungünstige Ergebnis unserer Zivilisationskrankheiten hervorrufen. Zwar findet diese Feststellung in massgebenden Kreisen eher Widerstand als Zustimmung, aber welche andere Lösung erschliessen uns die vorliegenden Beobachtungen?

### Weizenkleie statt Abführmittel

Um der Notlage hartnäckiger Verstopfung eher entgegensteuern zu können, bemühen wir uns um die Herausgabe eines wirkungsvollen Mittels. Es handelt sich dabei um eine mit Früchten veredelte Vollwertkleie. Erst seit verhältnismässig kurzer

Zeit ist diese nun für Leidende verfügbar. Trotzdem gingen uns schon viele Erfolgsberichte von Personen zu, die geglaubt hatten, ohne starke Abführmittel nicht mehr auskommen zu können. Es erfordert allerdings einige Zeit, bis der Körper auf



ein diätetisches Erzeugnis solcher Art anspricht, handelt es sich dabei doch nicht um ein Abführmittel, sondern um eine natürliche Beeinflussung der Darmflora sowie der Schleimhäute und nicht zuletzt auch um die mechanische Anregung der Peristaltik des Darmes.

### **Störungsbehebung oder Heilung?**

Es entspricht dies demnach nicht nur dem raschen Beheben einer lästigen Störung, sondern viel mehr dem Erreichen eines wichtigeren Zieles, nämlich der grundlegenden Heilung des entstandenen Leidens. In einem gewissen Sinne kann die Wirksamkeit der erwähnten Vollwertkleie mit einer leichten, inneren Massage verglichen werden, was durch die unverdauliche Zellulose bewirkt wird. Tatsächlich lohnt es sich, mit einer solch harmlosen

Methode einen Versuch zu wagen, und zwar bei jeglicher Form von Verstopfung. Hat man anfangs noch keinen vollen Erfolg zu verzeichnen, dann dauert es eben länger, bis der hartnäckige Zustand behoben werden kann, weiss man doch nicht, wieviel man durch ansteigend starke Mittel bereits geschadet und verdorben hat. Wer aus Nachlässigkeit eine Verstopfung anstehen lässt, um dann nachträglich durch zu starkes Geschütz gegen sie vorzugehen, muss nicht erstaunt sein, wenn er den Schaden dadurch verschlimmert. Also braucht es Geduld und Ausdauer, um dem Darm zur Heilung und somit wieder zur normalen Tätigkeit zu verhelfen. Wenn ein natürliches Produkt greifbar und praktisch zur Verfügung steht, sollte man dem Risiko, das man durch Abführmittel eingeht, logischerweise unbedingt ausweichen.

### **Frühd Diagnose bei Krebs**

Immer wieder wird zur Feststellung einer allfälligen Krebsbereitschaft die entsprechende Frühd Diagnose als vorteilhaft empfohlen. Zwar steht der Forschung auf diesem Gebiet noch ein ernsthaftes Arbeitsfeld offen, um zum Wohle von Millionen Menschen Gelingen zu haben. Tatsächlich würden sich genaue, zuverlässige Testmethoden zur Erkennung einer sogenannten Präcancerose als sehr nützlich erweisen, handelt es sich hierbei doch um die zuvor erwähnte Feststellung einer allfälligen Krebsbereitschaft. Da mir an der Lösung dieser Frage sehr gelegen ist, suchte ich mir die Erfahrung von Krebs spezialisten und erfolgreichen Chirurgen einzuholen. Durch sie erfuhr ich, dass viele der dargebotenen Reagenzien zur Erlangung einer solch zuverlässigen Krebsfrühd Diagnose erfahrungsgemäss noch nicht völlig dem entsprechen, was gefordert werden muss, um gesicherte Ergebnisse erlangen zu können.

#### **Beachtenswerte Feststellungen**

Die Mitteilung eines bekannten Krebs spezialisten gab mir besonders zu denken.

Sein Forschungsergebnis betreffs der Abwehrkraft des Blutes gegen den Krebs liess ihn feststellen, dass es bei einem pH-Wert von 6,1 bis 6,5 um diese Abwehrkraft am besten bestellt ist, während es bei einem pH-Wert von 7 schlecht damit stünde und bei einem solchen von 7,2 bis 7,5 die Erfolgsaussichten einer Heiltherapie sehr beeinträchtigt sein würden. Dieser Forscher ist der Ansicht, dass es bei Verdacht auf Krebs unbedingt notwendig sei, den pH-Wert des Blutes zu bestimmen. Wenn ein pH-Wert von 7 und darüber (bis 7,5) feststellbar ist, zeigt dies die Notwendigkeit, unbedingt gründlicher als zuvor nach einer verborgenen Geschwulst zu suchen. Zugleich erteilte dieser Spezialist den Rat, sofort mit einer biologischen Behandlung zu beginnen, da dies in einem solchen Falle als angebracht und weise erachtet werden muss. Krebs kann im Blut und in der Lymphe liegen, selbst dann schon, wenn noch keine Geschwulst festgestellt worden ist. Womöglich kann ein unbeachtetes Trauma als Ursache dafür verantwortlich sein. In der Regel erweist sich auch die Blut-