Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 39 (1982)
Heft: 1

Artikel: Kalk für die Menschenkinder und für den Erdboden
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-969924

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: 14.12.2025

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

Kalk für die Menschenkinder und für den Erdboden

Schon seit Jahrzehnten erklären wir den Müttern, was sie zur Gesunderhaltung ihrer Kinder unbedingt beachten sollten, aber mehr denn je hat im Laufe der Zeit die entwertete Nahrung bei uns Einzug gehalten. Die Dorfbewohner zogen vielfach in die Industriegebiete der Städte und nahmen die dortigen Sitten und Gebräuche an, wodurch ihr früheres Landleben in Vergessenheit geriet. Dieses selbst änderte sich durch die neuzeitlichen Errungenschaften, denen man unüberlegt immer mehr das opferte, was vordem als gesund gegolten hatte. Natürlich verdrängten dadurch auch immer mehr die Süssigkeiten aus weissem Zucker die einstmaligen gesunden Gewohnheiten, die das Süssigkeitsbedürfnis der Kinder noch auf natürliche Weise zu stillen vermochten, während die heutigen Schleckwaren zu bedenklichem Mangel beitragen. Kein Wunder, dass mehr als die Hälfte aller Kinder an Kalkmangel leidet. Das hat druckempfindliche Lymphdrüsen am Halse zur Folge und ebenso vermehrte Infektionsbereitschaft für Katarrhe, Angina und andere Erkrankungen der Atmungsorgane sowie die bedenkliche Zahnkaries. Oft ist dieser Kalkmangel auch noch mit einem Vitamin-D-Mangel verbunden, was die gesundheitlichen Schwierigkeiten wesentlich steigern kann. Um gegen die Mangelerscheinungen erfolgreich vorgehen zu können, ist kalkreiche Nahrung unbedingt notwendig. Wir dürfen daher nicht gewohnheitsmässig unsere Ernährungsweise auf entwertete Nahrungsmittel aufbauen. Biologisch gezogene Salate, vor allem der Weisskrautsalat, allerdings ohne Beigabe von Speck oder Schinken, sowie rohes, natürlich gewonnenes Sauerkraut sollten bei unseren Gemüsemahlzeiten nicht fehlen. Auch saure Milchprodukte sind vorzüglich: Quark, Joghurt, Kefir, Sauermilch und Buttermilch. Schädliche Zuckerstoffe sollten wir durch Natursüssigkeiten ersetzen. Datteln, Feigen, Weinbeeren und dergleichen mehr verschaffen wir uns daher in natürlichem Zustand, also nicht etwa künstlich verschönert. Dieses zielbewusste Vorgehen hilft allmählich den unerwünschten Mangel wieder aufzuheben. Unterstützend wirkt sich auch noch die Einnahme von Urticalcin, dem vorzüglichen Brennesselkalk aus, dreimal täglich 2 bis 3 Tabletten genügen, um dem Kalkmangel wesentlich entgegensteuern zu können. Auch die Beachtung der zuvor gegebenen Ratschläge hilft mit, dieses Ziel zu erreichen.

Kalkmangel im Gartenland

Wichtig ist auch die Behebung eines allfälligen Kalkmangels im Boden unseres Gartens. Sobald die Sträucher unserer Beeren genügend Kalk erhalten, werden sich deren Früchte geschmacklich auch wesentlich verbessern. Dies gilt allerdings besonders auch für Erdbeerpflanzen. Berücksichtigen wir dies beim Anlegen neuer Erdbeerkulturen, indem wir dabei vormerklich den günstigen Algenkalk verwenden, dann können wir den Boden mit genügend Kalk bereichern, wodurch die Früchte süsser werden und zudem noch alle bekannten Spurenelemente erhalten können. Besonders vorteilhaft ist es, dass dadurch Jod, das an Kali gebunden ist, den Boden wunderbar zu aktivieren vermag, was besonders den Bodenbakterien förderlich ist.
Vorteilhaft ist es auch, den Algenkalk in feingemahlenem Zustand mit Wasser zu einer Kalkmilch zu verdünnen. Wenn wir den Winter hindurch damit die Bäume und Sträucher spritzen, dann können wir Moose und Algen vernichten und zugleich die Rinden reinigen, was die Schlupfwinkel für allerlei Parasiten beseitigen hilft.

Landwirtschaftlicher Nutzen

Ein nicht geringer Vorteil entsteht auch, wenn der Landwirt der Jauche Kalk beigibt, und zwar besonders den Algenkalk. Das hat zur Folge, dass sich der Ammoniak bindet, so dass der Stickstoff dadurch dem Boden zugutekommen kann, statt sich zur Belästigung des menschlichen Geruchsinns unliebsam in der Luft zu verbreiten, wo er nicht nutzbringend wirkt. Nur durch das

Binden des Ammoniaks kann vermieden werden, dass dessen abstossender Geruch in die Luft gelangt, wo der Stickstoff seinen Zweck für den Boden nicht erfüllen kann.

Säurebekämpfung durch Algenkalk

Leider breiten sich heute durch die Umweltverschmutzung aus den Schornsteinen der Industrie auch viele Säuren über ganze Ländereien aus. Allmählich können sich diese dann mit Nebelschwaden, Tau, Regen oder Schnee auf Felder, Wiesen und Gärten niederlassen. Sind nun unsere Kulturen mit genügend Algenkalk bestäubt, dann können diese giftigen Säuren dadurch gebunden und neutralisiert werden. Wir sollten uns dieses Vorteils also unbedingt bedienen, denn dadurch helfen wir der Natur, erfolgreich gegen die schädigende Auswirkung von Giftstoffen anzukämpfen. Noch ist man sich allgemein nicht bewusst, wie sehr unsere Wälder durch die erwähnte Luftverschmutzung in Mitleidenschaft gezogen werden, so dass bereits Tausende von Hektaren der Vernichtung ausgesetzt sind und zu sterben beginnen.

Die Erde bebauen, statt sie verderben

Es wäre daher allerhöchste Zeit, dass der Staat energisch eingreifen würde, um noch grösseren Schaden verhindern zu können. Solcherlei bedauernswerte Zustände sind allerdings schon jetzt nur mühsam zu beheben, und zwar mit viel Geld und Kraftaufwand. Das erste Menschenpaar erhielt nach seiner Erschaffung vom Schöpfer die Weisung, die Erde, die ihm in völlig aufbaufähigem Zustand übergeben wurde, zu bebauen, nicht aber durch Gifte zu verunreinigen, wie dies heute gewissermassen immer mehr und bedenkenloser geschieht. Leider ist das Gleichgewicht im ökologischen System bereits so stark gestört, dass sich jeder Einsichtige in seinem Bereich die Aufgabe stellen sollte, entschieden dagegen vorzugehen. Im biologischen Landbau wird dies dadurch erleichtert, dass man den Vorteil, den leicht löslicher Kalk zu bieten hat, erkennt und auszuwerten versteht. Demnach ist besonders der Einsatz von Algenkalk eine kleine, aber dennoch wirksame Hilfe, das verlorene Gleichgewicht des Bodens wieder herzustellen. Als überzeugendes Beispiel dient die Bemühung in Schweden, wo man versucht, übersäuerte Seen mit Kalkmilch zu neutralisieren, während man in Amerika die sterbenden Wälder zu retten sucht, indem man sie vom Helikopter aus mit Kalkpulver überstreut. Dies wird allerdings auf die Dauer wenig nützen, so lange die Industrie immer wieder erneut Tausende von Tonnen schädigender Säuren in die Luft abgehen lässt, wobei es sich hauptsächlich um Schwefelsäure SO_2 handelt. Die Folgen solcher Luftverschmutzungen sind teuer bezahlt, wenn man bedenkt, dass dadurch auch die Krebsepidemien wesentlich gefördert werden, und zwar vormerklich jene, die sich in jugendlichen Kreisen ausdehnen.

Ruscus aculeatus, stechender Mäusedorn

Es handelt sich bei dieser Pflanze um einen immergrünen, stacheligen Halbstrauch, der 50 bis 80 Zentimeter hoch wird. Seine verhältnismässig kleinen Blätter sind stachelig hart und nach oben zugespitzt. Diesem Strauch bin ich im Mittelmeergebiet und in Kleinasien oftmals begegnet, wusste damals jedoch nicht, dass es sich dabei um eine wirksame Heilpflanze handelt. In Portugal wächst dieser Halbstrauch an trockenen, steinigen Abhängen, und man benutzt den Tee aus der Wurzelrinde zum Reinigen und Anregen der Nieren.

Forschungsergebnisse

Pharmakologen befassten sich in jüngster Zeit etwas eingehender mit dieser noch wenig bekannten Pflanze. Sie stellten dabei fest, dass die Tinktur, die aus der Wurzel