

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

**Artikel:** Welche Gefahr verbirgt sich in Plastikbeuteln?  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-969933>

### **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:** 02.05.2026

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

auch noch beruhigend auf das Nervensystem und sorgen ebenfalls für einen ruhigeren Schlaf, was zusätzlich von grossem Vorteil ist. Wer Akupunkturnadeln besitzt und damit umzugehen weiss, kann die Wirkung des Mittels noch beschleunigen, wenn er in die Oberlippe zwei Zentimeter von der Mitte links und rechts eine Nadel steckt. Es ist gut, wenn man bei der einfachen Kur durch *Avena sativa* als bewährtem, völlig harmlosem Nervenmittel die Nerven risikolos zu stärken vermag. *Tabacum D<sub>4</sub>* wirkt gegen die Sucht und hilft daher, von ihr allmählich loszukommen, was schon manchem leidenschaftlichen Rau-

cher zugute gekommen ist. *Rauwolfavena* ist ein Pflanzenmittel, das sich in Indien und China schon von alters her bewährt hat und daher auch uns günstig beizustehen vermag. Es wird auch in der Psychiatrie erfolgreich verwendet. Kurzum, die Kombination der drei Mittel, wie vorgeschrieben, hat schon manchen schlimmen Raucher von seiner unheilvollen Rauchsucht zu befreien vermocht. Ein entsprechender Versuch mag sich demnach lohnen, denn er verläuft völlig risikolos und ist daher kein gewagtes Unterfangen. Jeder, der erfolgreich darauf anzusprechen vermag, wird sich glücklich schätzen.

### Welche Gefahr verbirgt sich in Plastikbeuteln?

Einige Fragen von allgemeinem Interesse liegen auf dem Gebiet der Plastikbeutel im Tiefkühlverfahren noch zur Beantwortung vor. Sie lauten:

1. Woran erkennt man Plastiktüten mit Weichmachern?
2. Gibt es überhaupt Plastiktüten ohne Weichmacher?
3. Welche Behälter wären für die Tiefkühlagerung von Früchten zu empfehlen?

Alles Plastikmaterial, das gerollt und zusammengelegt werden kann, also weich ist, hat einen Weichmacher. In der Regel besteht dieser aus Phosphorsäure-Ester, aus Phthalsäure-Ester oder einen anderen, ähnlichen Material. All diese weichen Plastikmaterialien sind empfindlich auf Fruchtsäure und noch empfindlicher auf Milchsäure. Sämtliche dieser Säuren können einen Weichmacher angreifen, indem sie chemische Stoffe lösen, die sich als gesundheitsschädigend auszuwirken vermögen.

#### Vorteile der Hartplastikdosen

Anders benimmt sich nun aber das Hartplastik, das zu Dosen verarbeitet wird und sich wie Glas anfühlen lässt, weil es eben keinen Weichmacher enthält. Solche Dosen können gut zum Aufbewahren von Lebensmitteln Verwendung finden. Sie

eignen sich auch vorzüglich für die Tiefkühlung. Man legt die Früchte, vormerklich Beeren, so Erdbeeren, Himbeeren und dergleichen mehr, aber auch Kirschen so, wie man sie erntet, in die Hartplastikdose, überdeckt sie mit dem zugehörigen Deckel und versorgt sie in die Tiefkühltruhe. Benötigt man die Früchte im Laufe des Winters, dann wird man sie im Aroma und in der Farbe unverändert vorfinden. Man taut sie auf und bereichert dadurch das beliebte Müesli, indem man dieses mit etwas Honig süsst. Bis jetzt haben sich die Hartplastikdosen gut bewährt, besonders wenn man die besten unter ihnen auswählt, was allerdings nur einen Nachteil aufweist, dass diese ziemlich teuer zu stehen kommen. Da es sich aber um eine einmalige Anschaffung handelt, die sich Jahre hindurch verwenden lässt, lohnt sich die Auslage bestimmt. In gesundheitlichen Fragen sollte man nicht kleinlich sein, und das Einwandfreie zu erwägen, ist immer noch die beste Überlegung.

#### Das Sauerkraut im Plastikbeutel

Sehr bedenklich ist es jedoch aus eben diesem Grunde, dass man es wagt, Sauerkraut und andere milchsaure Produkte in Weichplastikbeutel zu verpacken. Das leuchtete mir nie ein, und ich kann es bestimmt nicht als gut oder gar als vorteilhaft empfehlen.

Dadurch besteht nämlich die Gefahr, dass sich, je nach der Kombination mit einem sogenannten Weichmacher, chemische Stoffe oftmals zu lösen vermögen, was sich geruchlich und ebenso geschmacklich nicht selten feststellen lässt, gesundheitlich jedoch keineswegs vorteilhaft ist.

Früher war es für die Sauerkrautlieferanten Ehrensache, ihr Sauerkraut in Holzkübeln zu verkaufen, und das bewährte sich ohne weiteres, denn diese Holzbehälter erwiesen sich nicht als nachteilig. Wenn sich die Kunden mit Sauerkraut versehen wollten, nahmen sie eine Glasschale mit in ihr Ladengeschäft, wo sie ihre Einkäufe tätigt-

ten, und auch das Glas erwies sich als einwandfreier Behälter. Der Händler verkaufte auf diese Weise sein Sauerkraut in bestem Zustand, und der Kunde wurde in keiner Weise geschädigt. Heute gilt jedoch diese Verkaufsweise als unpraktisch, da man gerne alles im voraus verpackt zur Verfügung hat.

Man müsste schon Plastikverbindungen herausfinden, die gegen organische Säuren ganz unempfindlich sind. Ob dies möglich ist, ist keineswegs gewährleistet. Wir schöpfen jedoch aus reichlicher Erfahrung, wenn wir der Chemie gegenüber misstrauisch sind.

### Hilfsmöglichkeiten bei Sprunggelenkfraktur

Wie uns die Praxis immer wieder beweist, kann uns die Ganzheitsmethode viel mehr Heilungsmöglichkeiten darbieten, als wenn Ärzte in Frage stellen, ob die Lebens- und Ernährungsweise im Krankheitsprozess und bei Unfällen überhaupt eine Rolle spielen. Stellen wir uns einmal vor, ein Patient habe seinen Fuss gebrochen, und die ärztliche Diagnose weise auf eine komplizierte Sprunggelenkfraktur hin. Welche Behandlungsweise steht dem Arzt in solchem Falle offen? Mag sein, er begnügt sich mit einer längeren Liegekur und legt den Fuss in einen Gipsverband. Wenn diese Fraktur nach einigen Wochen behoben wird, mag der Arzt von einer völligen Heilung überzeugt sein. Aber das ist leider nicht immer der Fall, denn die Schwellung des Fusses kann gleichwohl noch immer andauern und sich schmerzhaft auswirken. Könnte vielleicht ein anderes Heilverfahren zugezogen werden? Wie wäre es mit einer orthopädischen Behandlung bestellt, die auf elektrischer Grundlage erfolgt? Vielleicht könnte diese die erwartete Heilung bringen? Wenn dem aber nicht so ist, vermutet der Orthopäde womöglich eine beginnende Arthrose, gegen die nach seiner Ansicht keine Hilfe besteht. Als Folge einer solchen Einstellung gibt er die Behandlung auf und überlässt den Patienten sich selbst.

#### Vorzug der Ganzheitsmethode

Anders verhält es sich bei der bereits erwähnten Ganzheitsmethode, die vielerlei Möglichkeiten in Betracht zieht. In erster Linie sorgt sie in solchem Falle für die Einnahme von viel Kieselsäure, da diese, zusammen mit dem bekannten Urticalcin, mithelfen kann, solch körperliche Schädigungen erfolgreich auszuflicken. Unter den Kräutern ist der Hohlzahn, bekannt auch als Galeopsis, sehr reich an Kieselsäure. Aus demselben Grunde ist auch die öftere Verwendung von Hirse günstig. Bei der täglichen Nahrungsaufnahme sollten viel Salate und ebenfalls reichlich Gemüsesäfte den Vorrang haben, denn auf diese Weise erhält der Körper die erforderlichen Mineralstoffe zum Flicker und Regenerieren.

#### Zusätzliche Hilfeleistungen

Sobald man den Gipsverband entfernt hat, unterstützt man die Heilungsmöglichkeit auch noch äusserlich, und zwar durch leichtes Einreiben von Johannisöl und Symphosan. Es ist erstaunlich, wie rasch dadurch die Heilung vor sich gehen kann, und zwar ohne Bildung unangenehmer Narben. Um der gefürchteten Arthrose entgegenzuarbeiten, hilft wiederum eine vitalstoff- und basenreiche Ernährung. Darüber erteilt «Der kleine Doktor» auf-