

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 39 (1982)  
**Heft:** 8

**Artikel:** Nierensteine und Nierengriess  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-970001>

### **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:** 25.02.2026

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



sind, die den Weinberg verderben, denn kleine Ursachen haben oft bedenkliche Auswirkungen, die man nicht übersehen

sollte. Es heisst also, die Augen offen halten, um den Dieb nicht vergeblich am falschen Ort suchen zu müssen.

### Nierensteine und Nierengriess

Da es verschiedene Steinbildungen gibt, ist es nicht leicht, eine Therapie, die für alle Arten vorkommender Griess- und Steinbildungen gleichermassen gültig ist, anzugeben. Aber eines ist in allen Fällen wichtig und als grundlegend in Betracht zu ziehen, wobei es sich darum handelt, in der Ernährung das Säure-Basen-Gleichgewicht zu regeln. Das bedeutet, dafür zu sorgen, dass in der gesamten Ernährung ein Basenüberschuss erreicht wird. Dies stellt die Forderung an uns, den Genuss von Fleisch, Eiern, Käse, Fisch und Süssigkeiten etwa um die Hälfte zu vermindern, dafür aber die Einnahme von Gemüse, von vormerklich Salaten wie auch von Früchten mengenmässig entsprechend zu erhöhen. Sehr vorteilhaft wirkt sich auch die Einschaltung unserer Gemüsesaftmischung aus, da diese in bezug auf die Mineralstoffe einen Basenüberschuss aufweist und zusätzlich über Vitamin A verfügt. Ferner sollte man

auf den ganzen Tag verteilt ungefähr 1½ oder 2 Liter leichten Nierentee trinken, unter Beigabe von etwa 5 Tropfen Rubiaforce pro Glas, weil dieses Mittel steinlösend zu wirken vermag. Um einen vollen Erfolg erreichen zu können, sollte man diese Therapie einige Monate durchführen, was besonders in der warmen Jahreszeit gut möglich ist. Schon manche Patienten sind durch diese einfachen Anwendungen von einer Operation verschont geblieben. Des weiteren gibt «Der kleine Doktor» auch Auskunft über das Vorgehen bei allfälligen Koliken. Die Seitenzahl des Hinweises ist im Sachverzeichnis vermerkt. Sollten Entzündungen vorhanden sein, dann beseitigt man diese mit regelmässiger Einnahme von Echinaforce.

Die gegebenen Ratschläge sind wohl der einfachste Weg, um Nierengriess oder gar Nierensteine ohne Risiko loszuwerden.

### Zu spät

Wie tragisch, wenn man feststellen muss, dass keine Möglichkeit mehr besteht, eine lebenswichtige Angelegenheit mit Erfolg ändern zu können. Diese Tragik empfinde ich daher jedesmal, wenn ein Notruf an mich gelangt, der mir die Aussichtslosigkeit, in einer schlimmen Lage noch helfen zu können, krass vor Augen führt. Soeben erreichte mich nämlich telefonisch ein solch unerwarteter Bericht. In ihrer Verzweiflung gelangen Angehörige hoffnungslos Erkrankter oftmals an mich, weil sie meine Ratschläge noch als einzige Hilfe betrachten. Wenn sie sich in diesem Sinne äussern, mögen sie trotz ihrer Ratlosigkeit doch immer noch auf einen Ausweg hoffen. Aber die näheren Umstände der Er-

krankung sind oftmals dermassen niederschmetternd, dass die Aussicht erfolgreicher Hilfeleistung erblasst. Was hatte doch soeben die Stimme am Telefon gemeldet, dass ich darüber so ganz erschüttert bin? Nochmals vergegenwärtige ich mir, was ich soeben vernommen habe: «Mein Bruder, 26 Jahre alt, leidet an schwerer doppelter Lungenentzündung. Er ist etliche Tage bewusstlos und muss künstlich ernährt werden. Seine Abwehrkraft ist dahin. Auch die Antibiotika scheinen nicht mehr zu wirken!» Was soll ich in solchen Fällen anderes erwarten als das Schlimmste, und die Antwort, die mich nicht überrascht, lautet denn auch: «Drogensucht durch Haschisch!»