

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 39 (1982)
Heft: 11

Artikel: Fusspflege
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-970045>

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: 23.02.2026

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

Fusspflege

Die natürlichste Wohltat für die Füße wären vernünftige Schuhe, das heisst solche, die den anatomischen Voraussetzungen für ein normales Gehen Rechnung tragen. Darüber wollen wir heute nicht sprechen, denn dieses Problem wird nicht von der Vernunft, sondern von der Mode beherrscht. Auch über Deformierungen möchte ich heute kein Wort verlieren, besonders nicht, wenn sie durch unzweckmässige Schuhe ausgelöst wurden. Es geht um eine Fusspflege, die auf die Füße wohltuend wirkt, um sie leistungsfähig für die normale, tägliche Beanspruchung zu machen.

Wichtig ist, dass wir nach dem Duschen oder Baden, auch nach wohltuenden Kräuter- oder Meersalzbädern, die Füße kurz massieren, und zwar mit einem guten hautfettenden Öl oder mit Toxeucal-Öl, um Stauungszustände oder Schmerzen zu beseitigen. Wichtig ist es auch, dass wir abwechselnd mit Symphosan massieren, damit die Haut wieder besser atmet und die natürliche Geschmeidigkeit und Elastizität zurückerhält. Werden die Füße von Nervenschmerzen geplagt, so ist Johannisöl das rechte Mittel. Sollten sich beim Barfusslaufen im Strandbad Pilze eingenistet haben, dann sollte man sofort mit Spilanthes-Tinktur betupfen und nach dem Eintrocknen der Tinktur mit Johannisöl oder Nach einiger Zeit verschwinden diese lästigen Mikroorganismen wieder. Auch Arnika, Kamille, Ringelblumen, Rosskastanientinktur (*Aesculus hipp.*) ja sogar zeitweise Eichenrindenbäder sind immer eine gute Hilfe, um unsere Füße wieder frisch, gesund und leistungsfähig zu erhalten.

Neben all den guten Ratschlägen möchte ich den oft so geplagten Füßen vernünftige, gute Schuhe wünschen, die empfindliche Druckstellen und Hühneraugen verhindern. Der ganze Körper profitiert von einer guten Fusspflege, die übermässiges Schwitzen, Blasenbildung, harte Haut, Fussbrennen und dergleichen verhindert.

Wir suchen

Krankenschwester oder Pflegerin

für gut bezahlte Privatpflege. Der Posten würde sich auch für Jungverheiratete, die nicht voll ausgefüllt sind und sich einige Monate verpflichten möchten, bestens eignen.

Sich bitte schriftlich melden, mit näheren Angaben über Ausbildung etc., bei **Fam. A. Vogel, Hungerbachweg 11, 4125 Riehen**

Sanatorium Haus am Stalten

**D-7853 Steinen-Endeburg,
Tel. (von der Schweiz aus) 0049 7629 471**

Ideale, nebelfreie Lage im schönen Schwarzwald auf 700 m.ü.M.
Für Kuraufenthalte unter ärztlicher Leitung (Dr. Fels).

Auch für Erholungsaufenthalte bestens geeignet (ca. 25 Gäste).
Gesunde, rein vegetarische Kost, biologisch gezogenes Gemüse, eigene, natürliche Rohmilch, eigenes Quellwasser. Mässige Preise.
Von Basel aus in ca. 30 Minuten erreichbar.
Verlangen Sie Prospekte.

Auf biologisch-dynamisch geführten, vielseitigen Landwirtschaftsbetrieb wird

Lehrling evtl. Praktikant

gesucht. Eintritt nach Absprache.

**Peter Schneider, Steinisweg,
3034 Murzelen, Tel. 031 82 02 60**

BIOCHEMISCHER VEREIN ZÜRICH

Einladung zum öffentlichen Vortrag vom
Dienstag, dem 16. Nov. 1982, 20.00 Uhr,
im Restaurant «Löwenbräu Urania», 1. Stock.

W. Nussbaumer spricht über die
Entzündungsstadien bei Erkältungen und die
anzuwendenden Nährsalze.