Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 40 (1983)
Heft: 6

Artikel: Kaffee
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-970240

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: 03.10.2025

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

den und auf diese Art und Weise in die Knochen dieser Menschen gelangt.

Vergiftungserscheinungen durch Blei

Blei ist also kein notwendiges Spurenelement, im Gegenteil, Blei vergiftet und verursacht eine gewisse Form von Blutarmut und, was noch schlimmer ist, eine Schädigung der Keimzellen. Es degeneriert den Körper und wirkt sich nachteilig aus auf die Nachkommenschaft. Es fördert auch Spasmen, und so entsteht eine ganz typische spastische Verstopfung, die mit dem Bleigehalt im Blut in Zusammenhang steht. Blei löst auch Lähmungen aus, die an Armen und Beinen zum Vorschein kommen können.

Bleigehalt im Benzin

Woher diese ziemlich erheblichen Bleimengen bei uns im Blut stammen, muss man sich wohl nicht fragen. Ich hatte seinerzeit darauf hingewiesen, als das Benzin durch Bleizusatz eine höhere Oktanzahl, das heisst eine bessere Klopffestigkeit erhalten sollte, und hatte sowohl dem Bundesrat wie auch dem Nationalrat, das heisst der gesamten Behörde in der Schweiz, ein Protestschreiben geschickt, und diese Folgen erwähnt, die durch Bleivergiftung mit der Zeit in Erscheinung treten werden. Als ich lange keine Antwort bekam, habe ich erneut nachgefragt, erst dann schrieb man mir von Bern aus – es ist schon längere Zeit her – sie hätten Notiz genommen von meinen Argumenten, es seien keine zusätzlichen Proteste mehr gekommen und darum sei die Sache ad acta gelegt worden. Ich bin heute noch nicht damit zufrieden, dass noch kein generelles Verbot behördlicherseits ergangen ist, das den Zusatz von Blei im Benzin verhindert. Wir waren schon Auto gefahren, bevor Blei im Benzin war, und auch wenn man weniger schnell fahren könnte, so wäre das heute kein Nachteil. Im Gegenteil, es wäre vorteilhafter, unsere Wagen wären weniger schnittig beim Beschleunigen, junge begeisterte und überbegeisterte Fahrer könnten weniger Unfälle provozieren.

Spurenelemente in der Düngerherstellung

Ich werde später wieder auf andere Spurenelemente zu sprechen kommen, denn besonders in Düngerfragen sind die Spurenelemente von ganz enormer Bedeutung, handle es sich da um Bor oder irgendwelche andere Stoffe. Denn gerade in der Zusammenstellung von Düngern hat man die Erfahrung gemacht, dass Pflanzen bei einem Mangel oder einem Zuviel von Spurenelementen schlecht oder gar nicht gedeihen. Nun, darüber später mehr.

Kaffee

Wenn wir schon über ausgezeichnete Wirkungseffekte vom Rohkaffee-Tee als Heilmittel gegen Zuckerkrankheit berichtet haben, dann wollen wir uns vielleicht auch ein klein wenig darüber unterhalten, was der Kaffee auch als Röstprodukt für uns bedeuten kann. Dass der Kaffee schon vor über tausend Jahren in Arabien und Persien allgemein beliebt war, und zwar als Röstprodukt, das ist uns aus vielen Berichten bekannt. Es sind im Nahen Osten allerlei interessante Geschichten darüber im Umlauf. Die eine sagt, Hirten hätten beobachtet, dass Ziegen die Bohnen des Kaffeestrauches frassen, in der Nacht herumhüpften und wachblieben, und so sei man auf die anregende Wirkung des Kaffees gestossen.

Einzug des Kaffees als Genussmittel

Lange bevor in Europa der Kaffee als Genussmittel Einzug hielt, war er, wie alte Schriften nachweisen, in der Türkei und Ägypten bekannt. Sehr wahrscheinlich ist er über Kleinasien nach Europa gekommen, wenn die Berichte, die man liest, stimmen. Aber es dauerte immerhin noch 500 Jahre, bis der Kaffee Europa so richtig eroberte. Heute ist es selbstverständlich, dass man seinen Morgenkaffee trinkt, um

die Müdigkeit aus dem Körper zu vertreiben und um für seine tägliche Arbeit leistungsfähig zu bleiben.
Aber nicht in allen Ländern hat der Kaffee in gleicher Form den Markt erobert. In England spricht man von einer Teepause, und fast alle unter der englischen Kultur stehenden Länder haben sich mit dem Tee etwas mehr angefreundet als mit dem Kaffee, während die Lateiner sich mehr dem Kaffee zuwandten. Vor allem in Südamerika ist Kaffee so etwas Selbstverständliches, dass man bestimmt in einer brasilianischen Familie nie darum herumkommt, einen anregenden Kaffee zu trinken.

Wirkung des Kaffees

Was tut man jedoch, wenn man diese Anregung des Koffeins nicht erträgt, wenn man gute, an und für sich normal funktionierende Kapillargefässe hat und der Kaffee, der eben lebendig macht und anregt, einem den Schlaf raubt? Da ist ein einfacher Ausweg unbedingt der gegebene. Am morgen trinkt man einen Kolonialkaffee, mittags und abends Bambu, der eben eher beruhigt statt anregt, die Leber günstig beeinflusst, und auf diese Weise kommen wir auch in Ländern mit hohem Kaffeekonsum zurecht.
Es gibt aber interessanterweise Menschen, die verengte Gefässe haben, die nachts mit Kaffee viel besser schlafen, weil es die Gefässe etwas öffnet und normalisiert. Es ist interessant, dass der eine mit seinem Espresso zwei, drei Stunden wachliegt und an seinen Geschäften oder Sorgen herumgrübelt, und dass der andere schläft wie ein Murmeltier mit seinem Espresso, den er vor dem Zubettgehen getrunken hat. Das hängt eben mit dem verschiedenartigen Zustand der Blutgefässe zusammen, ob sie erweitert oder verengt sind.
Mit Kaffee kann man Kopfweh erwirken, mit Kaffee kann man ebensogut, je nach dem Zustand der Gefässe, ein Kopfweh beseitigen. Wer dies einmal herausgeknobelt hat, muss den Kaffee als Medikament auffassen und ihn dementsprechend anwenden.

Meine Erfahrung

In Arabien machte ich eine eigenartige Erfahrung. In den Beduinenzelten wurde Kaffee serviert und ich habe bis spät abends eine Tasse nach der anderen von diesem starken Kaffee getrunken, interessanterweise habe ich selten so gut geschlafen wie in den Beduinenzelten. Als ich zu Hause den gleichen Kaffee ausprobierte und mit dem Satz zusammen trank, da habe ich herausgefunden, dass er gar nicht aufregt. Ein dem Koffein entgegenwirkender Stoff muss also im Kaffee enthalten sein. Den Kaffee muss man nur ganz fein mahlen, mit heissem Wasser übergiessen und auf dem Herd aufwallen lassen. So trinken ihn die Beduinen, und auch in der Türkei wird der Kaffee zum Teil so zubereitet. Wer das einmal ausprobieren will, macht vielleicht die gleiche Erfahrung wie ich. Man muss sich nur daran gewöhnen, den Kaffeesatz mitzutrinken.

Weitere Vorteile

Es ist also verkehrt, wenn man den Kaffee, dieses wirklich begehrte Genussmittel, einfach nur nach seiner nachteiligen Wirkung beurteilt. Man muss auch seine Vorteile sehen. Auf jeden Fall ist bei Gärungsprozessen und Dysbakterien noch etwas zu erwähnen. Ebenfalls in Arabien habe ich den Vorzug der Kaffeekohle kennengelernt. Wenn man Kaffee direkt zu Kohle verbrennt, dann wird das Koffein vernichtet und die übrigen basischen Stoffe sind fähig, Säuren zu neutralisieren, Gärungsprozesse aufzuheben und eine Dysbakterie günstig zu beeinflussen. Sogar unser Kräuterpfarrer Künzli, den ich noch gut gekannt habe, erwähnte schon 1922 in seiner Schrift die Heilung eines Lupus, also einer tuberkulös erkrankten Haut, durch Waschungen mit Kaffeewasser.
Bei einer Verengung der Herzkranzgefässe kann durch einen starken Kaffee sogar Erweiterung erreicht und somit eine Störung in der Herzmuskulatur behoben werden. Ein einfaches Mittel, das im Notfall angewandt, bestimmt weniger riskant ist als ein chemisches Medikament.

Bei Kaffee wie auch bei Schwarztee ist das Quantum der Einnahme ebenfalls von grosser Bedeutung, denn auch hier muss der homöopathische Grundsatz gelten: «Kleine Reize regen an, während grosse stören oder zerstören». Forscher stellten zum Beispiel fest, dass kleine Dosen eine leichte, einige Zeit anhaltende Steigerung des Grundumsatzes bewirkt haben, währenddem grössere Mengen zuerst eine Steigerung hervorrufen, aber danach eine Senkung unter die Norm zur Folge haben.

Wirkung bei Tieren

Bei den Tieren wirkt der Kaffee nicht gleich wie bei den Menschen. Versuche haben gezeigt, dass bei Katzen, die sich an den Kaffee gewöhnt haben und die regelmässig mit Kaffee gefüttert wurden, Magengeschwüre auftraten, während bei Kaninchen keine Nachteile festgestellt werden.

Übermässiger Kaffeegenuss

Wer natürlich in grossen Mengen immer wieder eine Tassen nach der anderen trinkt, der kann durch die Koffeinwirkung sogar rauschartige Erregungszustände bekommen mit allen Begleiterscheinungen wie Ohrensausen, Herzklopfen, Schwindelgefühl, Muskelsteifheit, Unruhe, Gedankenverwirrung und Schlaflosigkeit. Wer durch solche Symptome nicht aufmerksam wird und immer wieder von morgens bis abends hinter der Kaffeetasse sitzt, der kann an Durchfällen leiden und durch eine direkt chronische Vergiftung Herzkrisen auslösen.
Männer, die an Impotenz leiden, sollen sich auch merken, dass ein übermässiger Kaffeegenuss die Potenz der Keimdrüsen enorm zu reduzieren vermag, was mit der Zeit direkt zu einer Impotenz führen kann.

Mitteilung an unsere Abonnenten

Wie wir vor einiger Zeit bekanntgegeben haben, wurde unsere Abonnementsverwaltung auf die elektronische Datenverarbeitung umgestellt. Die starke Zunahme der Abonnenten zwang uns zu diesem Schritt. Die Umstellung von der alten zur neuen Methode erwies sich als sehr kompliziert und erforderte ein intensives Lernen. Dass trotz aller Aufmerksamkeit Fehler in Erscheinung traten, bedauern wir sehr. So wurden zahlreiche Abonnenten gemahnt, obwohl sie die Abonnementsgebühr für das Jahr 1983 bereits bezahlt hatten. Allen Abonnenten, die uns deswegen schrieben, haben wir eine persönliche Eentschuldigung zugestellt. Alle übrigen Betroffenen bitten wir auf diesem Wege um Entschuldigung und um Nachsicht. Der Fehler wurde erkannt und ausgemerzt.
Sollten weitere Unregelmässigkeiten bei einzelnen Empfängern der «Gesundheits-Nachrichten», zum Beispiel beim Versand, auftreten, bitten wir, uns dies mitzuteilen, damit wir Abhilfe schaffen können. Bei dieser Gelegenheit möchten wir ein Anliegen wiederholen:
Wir sind sehr dankbar, wenn Zahlungen mit unseren vorgedruckten Zahlkarten und Einzahlungsscheinen erfolgen. Sie sind schon ausgefüllt und ersparen dem Abonnenten Schreibarbeit. Sollte aus irgendeinem Grund doch ein neutraler Schein verwendet werden, so bitten wir, ihn mit Blockschrift auszufüllen. Besonders gilt dies in jenen Fällen, wo der Abonnent seine Zahlung durch die Bank oder Sparkasse vornehmen lässt. Wir sind auch dankbar, wenn jeweils die Abonnementsnummer, die sich neuerdings auf der von uns gedruckten Adresse der Abonnenten befindet, angegeben wird. Mit dieser Massnahme können wiederum Fehler und Fehlleitungen vermieden werden. Es ist unser Anliegen, unsere Abonnenten rasch und zuverlässig zu bedienen.
Wir danken für Ihre Mithilfe.
Administration GN Schoch + Co. AG
CH-3072 Ostermundigen

BIOCHEMISCHER VEREIN ZÜRICH

Einladung zum öffentlichen Vortrag von Dienstag, den 21. Juni 1983, 20.00 Uhr, im Restaurant «Löwenbräu Urania», 1. Stock

W. Nussbaumer spricht über Krankheiten und Störungen des Knochensystems