

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 41 (1984)  
**Heft:** 1

**Rubrik:** Erfahrungen aus dem Leserkreis

### **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:** 16.04.2026

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

eine gesamte Lebensweise gestalten, desto eher kann der Körper auch diese eigenartige, übersensible Reaktion, die nicht umsonst als eine Idiosynkrasie (Überempfindlichkeit gegen bestimmte Stoffe) bezeichnet wird, abschwächen.

### **Synthetische Fasern**

Seitdem in der Bekleidungsindustrie die Kunstfasern aufgekommen sind, gibt es auch sehr viele Personen, die allergisch sind auf Kunstfasern. Unser Körper hat sich ja an die üblichen Naturstoffe gewöhnt, sei es nun an Seide, Baumwolle, Wolle, Leinen, Nesselfasern oder weiterer Naturstoff. Die Kunstfaserentwicklung hat ein anderes elektromagnetisches Spannungsfeld, wie die Spezialisten und Fachleute sich auszudrücken gewohnt sind. Auf jeden Fall ist eine allergische Reaktion auf alle Kunstfasern immer und immer wieder festgestellt worden. Wer so etwas in Verdacht hat, wenn er an Rheuma, Nervenschmerzen oder sonstigen Körperstörungen leidet, der muss eben selbst testen, er muss zurückgehen zum alten, gewohnten Naturmaterial. Wenn dann die Schwierigkeiten verschwinden, weiss er, dass er allergisch ist; er kann sich entsprechend einrichten und sich wieder an das Alte halten.

### **Baumaterialien**

Man kann auch allergisch sein, wenn man in Betonbauten wohnt, besonders Eisen-

beton. Viele Leute bekommen Schwierigkeiten, vor allem rheumatischer Art, oder es können Nervenschmerzen auftreten, Stauungen im Kreislauf. Dann gibt es keine andere Möglichkeit, als eben wieder in ein konservatives Bauwerk zurückzugehen, sei es nun aus Backstein oder Holz. Wenn dann die Störungen verschwinden, ist man sicher, dass es eine allergische Reaktion auf diese neuen Baumaterialien war.

Auch auf Klimaanlageanlagen kann man sehr allergisch reagieren. Viele Menschen, die in klimatisierten Räumen arbeiten müssen, bekommen Kopfweg, Nervenschmerzen, Verkrampfungen oder andere Störungen. Oft sucht man die Ursache am falschen Ort. Wenn man diese klimatisierten Räume eine Zeitlang meidet, und die Störungen klingen ab und verschwinden, dann ist man wiederum sicher, dass hier eine Allergie vorhanden war.

Es ist nicht immer leicht, herauszufinden, woher Allergien kommen. Man muss eben oft Versuche machen, ausprobieren. Von einer Situation, die neu hinzugekommen ist, wieder abgehen, um zu sehen, ob Störungen dann verschwinden.

Es ist immer noch die einfachste und beste Methode, bis man andere Wege gefunden hat, alles zu meiden, worauf man eben allergisch reagiert. Das ist in der Regel einfacher, als irgendein Mittel einzunehmen, um auf medikamentösem Wege zu versuchen, allergieauslösende Einflüsse zu beseitigen. (Siehe auch Febr. 82, S. 27)

## **Erfahrungen aus dem Leserkreis**

### **Echinacea – eine Hilfe bei chronischen Erkältungen**

Eine der vielen Erfahrungen mit diesem wunderbaren Pflanzenmittel, das sogar bei chronisch verlaufenden Infekten eine wirksame Hilfe leistet, wollen wir unseren Lesern nicht vorenthalten.

Von Herrn C. K. aus E. erhielten wir am 21.9.83 folgende Mitteilung:

«Als Leser Ihrer Zeitschrift ‚Gesundheits-Nachrichten‘ und Ihres Buches ‚Der kleine

Doktor‘ habe ich bereits einige der dort von Ihnen angeführten Naturheilmittel angewandt und damit sehr gute Erfahrungen gemacht. So konnte ich ein chronisches Erkältungsleiden, das ich praktisch seit meiner Kindheit mit mir herumtrug, durch regelmässige Einnahme von Echinacea innerhalb weniger Monate zum Verschwinden bringen. Allein schon deshalb möchte ich Ihnen meine Anerkennung und meinen aufrichtigen Dank für Ihre Arbeit in der Naturheilkunde übermitteln.»

Vorbeugen ist in jedem Fall besser als Heilen, besonders, wenn es sich um einen späteren chronischen Krankheitsverlauf handelt. Deshalb sollte man Echinaforce vor Beginn der erkältungsreichen Jahreszeit zur Steigerung der Abwehrkräfte zweimal täglich, jeweils 15–20 Tropfen, am besten zwischen den Mahlzeiten, einnehmen. Da der Kalkhaushalt im Abwehrsystem unseres Körpers eine wichtige Rolle spielt, wäre zusätzlich, insbesondere bei Kindern, Urticalcin, ein biologisches Kalkpräparat, zu empfehlen. Kinder und Jugendliche im schulpflichtigen Alter sind am meisten gefährdet, wenn sie mit ihren erkälteten und hustenden Mitschülern, oft in überheizten und trockenen Schulräumen, in Berührung kommen.

#### **Haarausfall bei Frauen – eine hartnäckige Erscheinung**

Sicherlich ist es keine leichte Aufgabe, einen Haarausfall, dem meistens verschiedene Ursachen zugrunde liegen, zu heilen oder mindestens eine Besserung zu erreichen. Erfreulicherweise berichtet uns Frau R. H. aus Z. in ihrem Brief vom 24.7.83: «Ich benutze seit Mitte April jene Mittel gegen Haarausfall, die Sie mir verschrieben haben. Es ist eine sichtbare Besserung eingetreten, jedoch fallen immer noch Haare aus, wenn auch in geringerem Ausmass. Nun wollte ich Sie fragen, ob ich die Kur nun fortsetzen soll, oder ob Sie mir in diesem Stadium eine andere Kur empfehlen können . . .»

Wir vermuteten richtig, dass es sich bei Frau H. um eine Stoffwechselstörung und eine ovarielle Ausfallerscheinung handelte. Wir empfahlen ihr Kelpasan-Tabletten, ein Produkt aus Meeralgen, einzunehmen und zur Anregung der Keimdrüsen ein homöopathisches Mittel, Ovarium D<sub>3</sub>, nebst Weizenkeimöl-Kapseln. Auch die Kopfhaut muss in diesem Fall gut durchblutet sein, was mit einer regelmässigen Massage mit Brennessel-Haarwasser erreicht wird. Es ist verständlich, dass die Anwendungen längere Zeit beanspruchen, jedoch Geduld und Ausdauer werden oft mit Erfolg belohnt.

#### **Milch für den Säugling – Milch für das Alter**

In seinem letzten Bulletin hat der leider durch Unfall allzu früh von uns geschiedene Prof. Dr. med. Hugo Aebi auf das Wichtigste der Milch, nicht nur für den Säugling, sondern auch für das Alter, für den alten Menschen, aufmerksam gemacht. Er verweist auf einen Artikel in einer englischen Zeitschrift von Frau Dr. Elsie M. Widdowson, Cambridge. Sie ist eine sehr bekannte Wissenschaftlerin, die eine Erfahrung aus ihrer eigenen Familie erzählt. Bei der Pflege ihrer 103 Jahre alten Mutter konnte sie beobachten, dass der im Alter fortgeschrittene Abbau der Knochensubstanz, das heisst Knochenschwund mit der Gefahr der Knochenbrüchigkeit, sehr gut beeinflusst werden kann, wenn eine genügende Versorgung mit Calcium und Vitamin D erfolgt. Und das, so schreibt diese Wissenschaftlerin, könne am besten mit Milch und einwandfreien Milchprodukten gewährleistet werden. Leider ist die Milch nicht mehr überall das, was sie früher einmal war beziehungsweise was sie sein sollte. Grundsätzlich hat die Forscherin recht – aber über das Thema «Einwandfreie Milchprodukte» werden wir bei anderer Gelegenheit noch schreiben. Nicht jedes Produkt entspricht den von der Wissenschaftlerin genannten Anforderungen.

---

#### **BIOCHEMISCHER VEREIN ZÜRICH**

Einladung zur Generalversammlung  
vom Dienstag, dem 17. Januar 1984, 20 Uhr,  
im Restaurant «Löwenbräu Urania», 1. Stock

Der Vorstand hofft auf ein zahlreiches und  
pünktliches Erscheinen.

---