

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 41 (1984)  
**Heft:** 5

**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:** 23.02.2026

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

phor. In Amerika wird ziemlich viel Comfrey-Tee getrunken, aus den Blättern zubereitet. Weil die Blätter reich sind an Vitamin A, C und E, aber auch aus der Vitamin-B-Gruppe B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub> und B<sub>12</sub> enthalten, ferner 18 Aminosäuren, ist dieser Tee, auch wenn er ganz schwach getrunken wird, eine feinstoffliche Bereicherung für unseren Körper. Er ist einem gewöhnlichen Genusstee weit überlegen. Nicht umsonst hat diese Pflanze in deutsch nicht nur den Namen Wallwurz, sondern auch Beinwell. Somit kann man einen doppelten Wirkungseffekt erzielen, nämlich äußerlich zur Regenerierung der Haut und innerlich als einen an Heilsubstanzen reichhaltigen Tee.

Früher, schon zu Großmutter's Zeiten, hat man bei Quetschungen oder nach chirurgischer Behandlung von Knochenbrüchen Auflagen mit gequetschten Blättern und mit zu Brei verriebenen Wurzeln gemacht, um schönere Narben und ein besseres Ausheilen zu erwirken. Heute muss man nicht mehr so umständlich vorgehen. Ein mit Wallwurztinktur getränktes Tüchlein oder ein Wattebausch werden auf die Narbe oder Bruchstelle gelegt. Dadurch mag auch der Name Beinwell geprägt worden sein. Auch Arthritiker und Rheumatiker können durch solche Auflagen, wenn diese Anwendung über längere Zeit durchgeführt wird, eine Schmerzverminderung oder sogar eine Beseitigung der Schmerzen erreichen.

## Erfahrungen aus dem Leserkreis

Aus Finnland erreicht uns auszugsweise folgender Brief einer Patientin:

«Ich muss auch ein bisschen vom Erfolg Ihres Produktes Rauwolvisca erzählen. Ich habe nämlich Rauwolvisca zwei Frauen gegeben, die einen erhöhten Blutdruck hatten. Der Blutdruck der Frau V. ist nun besser als früher. Und der Blutdruck der Frau I. ist nun normal. Frau I. konnte wegen ihres Herzfehlers keine chemische Blutdruckmedizin gebrauchen. Aber Rauwolvisca passt gut für sie. Sie ist sehr zufrieden».

Dieses natürliche Pflanzenpräparat Rauwolvisca weist auf die Zusammensetzung des Medikamentes hin. Rauwolfia ist eine in Indien heimische Pflanze, Viscum album, so wird bei uns die heilsame Mistel genannt.

Bei nervösem Naturell und Personen, die sich leicht aufregen und unter Stress stehen, eignet sich ein ähnliches Mittel, das statt Mistel ein Extrakt aus Hafer enthält, nämlich Rauwolfavena.

Gleichzeitig muss bei Bluthochdruck eine kochsalzarme Diät beachtet werden, unter Einschaltung von Reis-Apfel-Tagen, denn Naturreis vermag Arterien zu regenerieren und enthält genau wie Äpfel nur sehr wenig

Natrium. Natrium ist ein Bestandteil des Salzes und für Hypertoniker deshalb schädlich. Andererseits können wir ganz ohne Natrium nicht leben und deshalb muss eine kochsalzarme, aber nicht kochsalzfreie Diät eingehalten werden.

### Akne

Die Behandlung dieses eitrigen Ausschlags, der meistens bei Jugendlichen auftritt, bedarf viel Geduld und Selbstdisziplin. Oft plagt man sich über Jahre mit diesem Leiden herum, das nicht zuletzt zu einer psychischen Belastung für den Betroffenen wird.

Ich freue mich immer auf Briefe aus dem Leserkreis, die auf einen Erfolg hinweisen. Im Zusammenhang mit der Akne schreibt mir Frau D. aus N. am 2.12.83:

«Nun noch bezugnehmend auf Ihr Antwortschreiben vom 17.8.83 betreffs meiner Tochter.

Sie hat Ihre Anweisungen strikte befolgt. Der Erfolg ist dann auch nicht ausgeblieben. Der Ausschlag im Gesicht ist beinahe verschwunden und die Menstruation kommt ebenfalls wieder regelmäßig.

Nochmals besten Dank für Ihre Ratschläge.»

Welche Empfehlungen erhielt nun ihre 18jährige Tochter, auch wegen der erwähnten Menstruationsbeschwerden?

«Eine der wichtigsten Voraussetzungen ist die Umstellung in der Ernährung, sonst wird man eine Akne selten los. Verboten sind alle fetten Speisen, wie fettes Fleisch, fette Wurstwaren und Käsesorten, fette Saucen, ferner scharfe Gewürze, Süßigkeiten und Schokolade.

Die Ernährung sollte wesentlich aus Vollkornbrot, Magerquark, frischen Salaten, Obst und gedünstetem Gemüse bestehen. Zusätzlich sollte Ihre Tochter pro Tag eine halbe Tasse Weizenkeime in Wasser oder Obstsaft verrührt, essen. Ausserdem drei Teelöffel Hefeflocken oder eine entsprechende Menge Hefetabletten, die Sie im Reformhaus erhalten. Vor dem Frühstück, also nüchtern, bereiten Sie Ihrer Tochter eine Tasse Walnussblättertee zu, der sich als ein bewährtes, blutreinigendes Mittel erwiesen hat. Peinlichste Sauberkeit ist oberstes Gebot. Handtücher und Waschlappen müssen täglich gewechselt und ausgekocht werden. Zum Abtrocknen des Gesichtes benutzt man ein Zellstofftuch, das man nach Gebrauch wegwerfen kann.

Die Pickel darf man niemals ausdrücken, denn eine schlecht verheilte Akne hinterlässt Narben. In den Sommermonaten wäre es günstig, sich der Sonne auszusetzen, später kann man die Haut mit Höhensonnenstrahlung bestrahlen. Ein Gesichtsdampfbad abwechselnd mit Kamillen- und Schafgarbe, von 10 Minuten Dauer, wirkt sich günstig aus. Wir empfehlen Ihrer Tochter dreimal täglich 20 Tropfen Echinaforce einzunehmen und den Ausschlag damit zweimal täglich zu betupfen. Ausserdem sollte sie noch Hepar sulf. D<sub>4</sub> einnehmen.

## BIOCHEMISCHER VEREIN ZÜRICH

Einladung zum öffentlichen Vortrag,  
Dienstag, den 15. Mai 1984, 20 Uhr,  
im Restaurant «Löwenbräu Urania», 1. Stock  
W. Nussbaumer spricht über Nieren-, Blasen-  
und Prostataleiden.

Gegen die unregelmässige Menstruation wirken warme Sitzbäder, mit Kamillen- oder Thymianabsud, zweimal in der Woche und von 15 Minuten Dauer, sehr gut. Dazu empfehlen wir Ihrer Tochter noch das homöopathische Mittel Ovarium D<sub>3</sub> und Kelpasan einzunehmen.

Damit sich diese Mittel nicht gegenseitig stören, muss ein zeitlicher Abstand von mindestens einer Stunde eingehalten werden.»

Wir sehen also, dass sich bei konsequenter Behandlung der Erfolg schon nach dreieinhalb Monaten einstellte. Aber wie gesagt, Geduld und Regelmässigkeit der Anwendungen sind Voraussetzung bei der Behandlung mit Naturmitteln.

## Bewusste Blasenkontrolle

In unserem Artikel «Bewusste Blasenkontrolle – eine Selbsttherapie», haben wir unseren Lesern entsprechende Ratschläge und Hinweise auf natürliche Heilmittel bei dieser recht unangenehmen Erkrankung gegeben.

Jetzt schreibt uns Frau T. aus Basel:  
«Während mehreren Jahren litt ich an einer chronischen Blasenentzündung, woraus sich eine kleine Geschwulstbildung entwickelte. Ihre Medikamente Petasan und Cantharis D<sub>4</sub>, sowie Echinaforce und Nephrosolid haben mich seit etwa vier Jahren von den lästigen Beschwerden befreit.»

Die in dem Artikel empfohlenen Naturmittel entsprechen dem Bericht der Patientin. Ihre Wirkung beruht auf jahrzehntelanger Erfahrung, und wenn die Medikamente über längere Zeit und regelmässig eingenommen werden, führen sie eine Besserung oder Heilung des Leidens herbei.

## NATURA vom 5. bis 14. Mai 1984

in Halle 13, Stand 181, Mustermesse Basel

Wenn Sie an die NATURA kommen,  
vergessen Sie nicht, beim Stand der Bioforce  
hereinzuschauen.