

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 41 (1984)  
**Heft:** 8

**Artikel:** Gesunde Unterwäsche  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-552960>

#### 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:** 09.01.2026

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

heiten geworden, die bei uns in Europa schon längst ausgestorben sind. Abgesehen davon bringt der Klimawechsel, die feuchte Hitze in tropischen Ländern und die Umstellung auf ungewohnte Kost, Schwierigkeiten mit der Verdauung und dem Kreislauf.

Manche Leute reisen in diese Länder, um dort längere Zeit als Entwicklungshelfer oder Techniker grosser Industriekonzerne zu arbeiten. Sie alle müssen sich an die neuen Lebensgewohnheiten, die ungewohnte Ernährung, die vielen Gefahren und oft an das mörderische Klima anpassen. In solchen Fällen ist es immer gut, vorher viele Informationen zu sammeln, mit erfahrenen Leuten zu sprechen und eine entsprechende Vorsorge für seine Gesundheit zu treffen, um unangenehmen Überraschungen vorzubeugen. In meinem Tropenbuch habe ich ausführlich darauf hingewiesen.

Für mich ist es immer eine Ermunterung zu wissen, dass meine Arbeit und Mühe nicht umsonst ist.

Soeben erreicht mich der Brief von Frau V. U. aus O. Ihr Schreiben sei hier auszugsweise wiedergegeben:

«... habe ich mit Ihnen Bekanntschaft gemacht, und zwar durch die Vermittlung einer guten Freundin. Sie schickte mir damals allerlei Stärkungsmittel, den ‹Kleinen Doktor› und die ‹Gesundheits-Nachrichten›. Trotz anfänglicher Skepsis in meiner Familie habe ich einige Mittel eingeführt wie: Echinacea, Urticalcin, Algasan, Hefe-tabletten, die wir täglich nehmen, und außerdem die wichtigsten Arzneimittel von Bioforce, mit denen ich schon so manche

Mandelentzündung, Hautausschlag usw. kurieren konnte.

Besonders schön ist es, dass inzwischen viele Camp-Besucher den ‹Kleinen Doktor›, der bei weitem alles andere als klein ist, besitzen und vor allem einigen Müttern mit kleinen Kindern zugute kommt. Auch das Tropenbuch hat uns schon manchen wichtigen Hinweis gegeben. Ich möchte Ihnen noch sagen, dass ich persönlich und die Kinder, später auch mein Mann, kein Resochin gegen Malaria genommen haben, sondern mit den oben erwähnten zusätzlichen Mitteln bisher von dieser Krankheit verschont blieben, obwohl wir einige Reisen ins Landesinnere unternahmen, wo es angeblich die ‹schlimmste Sorte Moskitos› geben soll.

Ich möchte Ihnen für diese Hilfe meinen tiefsten Dank aussprechen.»

Wir dürfen uns nur nicht missverstehen. Bei der Einreise in verschiedene Länder besteht Impfzwang, und manchmal wird eine Impfung auf freiwilliger Basis gegen gefährliche Seuchen empfohlen. Es wäre verantwortungslos, sich diesen Vorschriften zu widersetzen. Mit Naturmitteln im Sinne der Ganzheitsmedizin erreicht man vor allem eine Stärkung der körpereigenen Abwehrkräfte. Die vorbeugenden Massnahmen, die Gesundheit zu schützen, muss man schon lange vor Antritt der Reise ergreifen. So manches Unheil kann man damit abwenden. Während der Reise sollte jeder in seiner Reiseapotheke einige Naturmittel mitführen, die ihm helfen werden, den Urlaub oder den Aufenthalt gesund zu überstehen.

## Gesunde Unterwäsche

(Inserat)

Nach dem Ersten Weltkrieg habe ich in Dresden mit Dr. Ragnar Berg und den dortigen Sanatoriumsleitern lange Diskussio-

nen über gesunde Kleidung, vor allem über gesunde Wäschestücke, die man direkt auf dem Leibe trägt. Die Ideen von

Professor Jäger waren in der damaligen Zeit neu, und es bedurfte vieler Erfahrungen, um über die Art einer gesunden und zweckentsprechenden Kleidung eine Aussage zu machen. Über den Wert poröser Kleidung war man sich einig. Man hat sich damals fast nur über das Material gestritten, ob man Baumwolle, Seide oder Wolle direkt auf dem Körper tragen sollte. Wolle vertragen nicht alle Leute, weil sie leicht beisst. Seide ist für den Winter gut, weil sie hervorragend wärmt, aber sie ist preislich nicht allen Menschen zugänglich. Baumwolle war das am meisten empfohlene, natürliche Material, das für Unterwäsche üblicherweise verwendet wurde.

### Nachteile synthetischer Fasern

Später kamen die synthetischen Faserstoffe auf, und man war zuerst davon begeistert. Sie waren billiger, praktischer zum Waschen, und zwar gerade deshalb, weil die Synthetikfasern nicht saugfähig sind; sie nehmen die Feuchtigkeit nicht auf. Dieser vermeintliche Vorteil wurde aber gesundheitlich zum Nachteil, weil diese Fasern auch vom Körper keine Feuchtigkeit aufnehmen, und wenn man schwitzt, entwickelt sich eine feuchte Atmosphäre zwischen Körper und Stoff. Diese Feuchtigkeit bringt die Voraussetzungen für Erkältungen und andere gesundheitliche Schädigungen.

Was soll man heute tun? Es gibt Leute, die synthetische Wäsche vertragen und sich dabei wohl fühlen. Aber ein grosser Teil bekommt Schwierigkeiten, wie leichte Erkältungen, rheumatische Beschwerden, Nervenschmerzen und Hautallergien.

### Neuartiges Verfahren

Welche Wäsche ist nun nach heutigen Erkenntnissen die günstigste? In Zusammenarbeit mit Hygienikern, Naturheilkundigen und Fachleuten der Textilindustrie ist es gelungen, ein interessantes, neues Material mit modernen Strickmaschinen herzustellen, indem ein Baumwollgewebe mit einem

Wollgewebe verbunden wird; also ein Doppelgewebe. Dieses Material ist für Unterwäsche ganz hervorragend geeignet, weil das Baumwollgewebe innen ist und mit dem Körper in Berührung kommt. Es besitzt die Fähigkeit, Feuchtigkeit, also Schweiß, aufzunehmen. Diese Feuchtigkeit wird dann an die Wolle abgegeben, und die Wolle transportiert sie nach aussen. Auf diese Art und Weise ist es möglich geworden, eine sogenannte «Vier-Jahreszeiten-Wäsche», als Unterwäsche, herzustellen. Diese Wäsche trage ich nun selbst seit einem Jahr. Viele meiner Bekannten, Kollegen und Freunde haben das gleiche getan. Es stellte sich heraus, dass es wirklich die idealste Lösung ist, die man von einer Unterwäsche erwarten kann. Sie kann als «Vier-Jahreszeiten-Wäsche» bezeichnet werden, weil sie im Sommer, wenn man schwitzt, die Feuchtigkeit nach aussen leitet, und zwar besser als irgendein anderes Gewebe, und im Winter isoliert sie gut. Wenn man sogar beim Sport übermäßig zum Schwitzen kommt, auch dann hat man immer den Abtransport der Feuchtigkeit gewährleistet.

### Für Sportler geeignet

Diese Wäsche könnte eigentlich für Jogger, Rad- und Skifahrer oder Bergsteiger – mit reger Tätigkeit und entsprechendem Schwitzen – eine ideale Lösung sein! Sie wäre ein gutes Hilfsmittel, um bei intensiver Sporttätigkeit keine gesundheitlichen Nachteile in Kauf nehmen zu müssen. Einige Drogerien und Reformhäuser haben sich bereits diese «Vier-Jahreszeiten-Unterwäsche» zugelegt und sind bereit, darüber nähere Auskunft zu geben. Wo keine Prospekte erhältlich sind, kann man sich direkt an uns nach Teufen wenden, um entsprechende Informationen unverbindlich und kostenlos zu erhalten.

Ein Versuch mit dieser «Vier-Jahreszeiten-Unterwäsche» lohnt sich tatsächlich. Sie stellt wirklich eine gesundheitliche Errungenschaft der Textilindustrie dar, denn dieses Erzeugnis besteht aus 100prozentigem naturreinem Material.