

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 42 (1985)  
**Heft:** 2

**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:** 09.01.2026

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

es noch um verhältnismässig junge Leute geht. Auch die Vitalität im Berufsleben ist in vielen Fällen einer Lustlosigkeit gewichen. Was kann gegen diese Nebenwirkungen, die vielleicht ebenso schwer erträglich sind wie der vorhergehende Zustand der Depression, getan werden? Was sollen die vielen Frauen, die frigide werden, die eine völlige Abneigung gegen das Geschlechtsleben in Kauf nehmen müssen, in solcher Situation unternehmen? Auch da können Probleme im Eheleben entstehen, die nicht so leicht zu überbrücken sind, wenn anstelle eines beglückenden Verhältnisses eine

völlige Abneigung gegen alles Sexuelle in Erscheinung tritt. Und das ist in vielen Fällen, bei längerem Einnehmen von Psychopharmaka, zu beobachten.

Sowohl Patienten wie Ärzte sollten sich zweimal überlegen, ob sie zu solchen Mitteln Zuflucht nehmen wollen. Es ist in der Regel viel schwieriger, diese erwähnten Folgeerscheinungen wieder zu beseitigen, als den früheren Zustand der Depressionen mit Naturmitteln und physikalischen Anwendungen anzugehen, zu erleichtern und mit der Zeit erträglich zu gestalten, ja sogar zu beseitigen.

## Hirse und Naturreis als Mineralstofflieferanten

Infolge ihres reichen Kieselsäuregehaltes wirken Hirse und Naturreis positiv auf die Elastizität der Kapillaren. Sie vermögen diese zu erhalten, und auf die gesamten arteriellen Gefäße haben sie einen hervorragenden Einfluss. Wenn man sich vorstellt, dass der Körper, wie die Forschung behauptet, sieben Milliarden Kapillaren enthält, dann begreift man die grosse Bedeutung der mineralstoffreichen Nahrung, wie sie in Vollgetreide, vor allem in Naturreis und Hirse, zu finden ist. Dies ist für die Erhaltung der Elastizität und der Funktionstüchtigkeit der Kapillaren, dieser kleinsten Blutgefäße, von erheblicher Wichtigkeit.

### Kapillarenveränderungen bei Krankheit

Auch Dr. Bircher hat in all seinen Forschungen und Beobachtungen festgestellt, dass bei fast allen Krankheiten zunächst Elastizitätsverluste bei den Kapillaren auftreten und dass gerade der reiche Kiesel-

säuregehalt und Gehalt an Spurenelementen bei Naturreis und Hirse mithilft, dies zu verhindern. Diese beiden Getreidearten enthalten alle heute bekannten, lebenswichtigen Spurenelemente wie Kalium, Natrium, Phosphor für die Knochen, die Nerven und das Blut, Magnesium für die feuerlose Verbrennung der Nahrung, zusammen mit Eisen, Kupfer und Mangan, Zink für den Zellaufbau, Jod für die endokrinen Drüsen, Chrom, Molybdän und Selen, welches dem Alterungsprozess entgegenwirkt.

### Regelmässig Hirse und Naturreis essen

Die Erhaltung der Gesundheit sowie die Heilungsprozesse einer Krankheit hängen stark mit der guten Funktion und der Elastizität der Kapillaren zusammen. Deshalb sollten Hirse- und Naturreisprodukte neben anderer Vollwertnahrung regelmässig auf unserem Menüplan erscheinen.

## Erfahrungen aus dem Leserkreis

### Papayakerne als Heilmittel

Dieser Tage kamen Missionare aus Brasilien zu Besuch. Sie haben mir wieder bestätigt,

wie praktisch und zweckdienlich die von mir gegebenen Ratschläge in Bezug auf Papaya sind. Da sie unter Salmonellen und

Amöben litten, kauten sie regelmässig vor dem Essen rohe Papayablätter und nahmen dazu noch die Papayakerne. So konnten sie sich sehr gut helfen. Durch die konsequente, regelmässige Einnahme konnten sie sich von diesen unangenehmen Parasiten befreien.

#### *Doppelseitige Wirkung*

Interessant war auch die Mitteilung, dass sie von unzerkauten Papayakerne ein Abführen bekamen. Die Darmtätigkeit wurde so angeregt. Wenn sie sie aber zerbißsen, und das darin enthaltene Senföl frei wurde, dann wirkten sie gegen den Durchfall. Also das gleiche Naturprodukt kann doppelseitig verwendet werden, unzerkaut, also ganz geschluckt, regt es die Darmaktivität an, und richtig zerkaute, so dass der Inhalt frei wird, wirkt es beruhigend, also eher stopfend. Wenn man Papayakerne ganz schluckt, dann kann man sie nämlich nicht verdauen, dann wirkt nur die äussere Schale. Es ist interessant, dass auch die Vögel Papayakerne nicht verdauen. Sie sind es, die diese Pflanze im Urwald überall verbreiten, indem sie die Früchte essen, die Kerne schlucken und mit ihrer Ausscheidung gelangen die Kerne wieder in den Boden und fangen an zu keimen. So wird auf natürliche Art und Weise für die Verbreitung einer solch wertvollen Frucht gesorgt. Man sieht, wie in der Natur manches so gut geregelt wird, wenn wir die Vorgänge beobachten und die Zusammenhänge zu deuten verstehen.

#### *Ätherische Öle gegen Insektenstiche*

Die Missionare haben auch herausgefunden, dass Toxeucal, dieses interessante Öl aus *Rhus toxicodendron*, Eukalyptus und Kampfer hergestellt, ausgezeichnet gegen Mückenstiche wirkt; wenn man es sofort auf den Stich aufträgt. Auch gegen Flöhe wirkt es. Die Schmerzen gehen sofort weg, ohne unangenehme Neben- und Nachwirkungen zu hinterlassen. Wenn man Toxeucal vorbeugend einreibt, dann wird man von Mücken kaum belästigt. Das ätherische Öl dieser Pflanzen riecht ziemlich

stark. Aber es stösst die Mücken ab und vermag, wenn man sofort die gestochene Stelle betupft, die Schwellungen und den Juckreiz zu lindern. Das Öl scheint diese Insekten gifte zu neutralisieren.

Für Leute, die in heissen, tropischen Ländern leben, wo Mücken, Flöhe und Filzläuse angetroffen werden, kann dieses einfache Naturmittelchen grossartig helfen. Wir sind immer dankbar, wenn wir solche Mitteilungen von Freunden, Bekannten und Patienten erhalten in bezug auf Erfahrungen, die sie mit Naturmitteln machen. Zum Wohle anderer können wir diese dann wieder veröffentlichen.

#### **Die sogenannten «hoffnungslosen Fälle»**

Der Grundsatz ärztlicher Ethik sollte ohne Ausnahme dahingehend gelten, dass man einen schwerkranken Patienten niemals aufgeben darf, denn es sind hinreichend spontane Heilungen bekannt, die man sich nicht erklären kann. Wer weiss schon genau, was in dem kranken Körper vorgeht und welche vitalisierenden Kräfte am Werke sind? Aus diesem Grunde dürfte das Wort «hoffnungsloser Fall» in den Wortschatz eines Arztes niemals aufgenommen werden, denn die Beurteilung einer Erkrankung als «hoffnungslos» schafft bestimmt kein Vertrauensverhältnis zwischen dem Patienten und dem Arzt. Kann ein Arzt sich überhaupt anmassen, ein Todesurteil über seinen Patienten zu sprechen? Der Heilkundige muss alles versuchen, auch wenn es den Anschein der Aussichtslosigkeit hat.

Nun erhielten wir von Frau I. U. aus L. am 21.7.84 einen Brief, in dem sie uns mitteilte, dass ihr Mann an einem inoperablen Schmetterlingsgliom, das heisst einer Hirngeschwulst, erkrankt ist. Fast dreiviertel des Gehirns waren von Tumorzellen befallen.

«Der Mann kam ins Krankenhaus und nahm an nichts mehr teil, konnte nicht mehr lesen, da er die grössten Buchstaben nur als graue Flecken sah, und er konnte sich nicht einmal eine halbe Stunde zurückerinnern. Es waren bereits Anzeichen von Verwir-

rung, Erblindung und Lähmung vorhanden.»

«Ein mir persönlich bekannter Arzt» – schrieb Frau U. weiter – «ermöglichte es, dass mein Mann in ein Langzeitsspital in guter Luft kam und ich für das Rohkost-essen sorgen und auch eine Kräuterbehandlung machen durfte, die wir dann zu Hause intensiv fortsetzten. Von Tag zu Tag ging es von da an aufwärts.

Wir machten folgende Behandlung:

Nur Rohkost und milchsaure Produkte; 3 x täglich einen 2stündigen Zinnkrautumschlag; 1 x täglich einen 4stündigen Schwesternkräuterumschlag; morgens und abends je 1 Tasse Zinnkrauttee und 1½ Liter von einer Teemischung aus Ringelblume, Schafgarbe und Brennessel, schluckweise auf den Tag verteilt trinken.

Nach 1½ Jahren haben wir die Wickel auf täglich 2 reduziert.

Zur selben Zeit erfuhren wir von Ihren Heilmitteln, die wir in die Behandlung aufnahmen: Petaforce, Carduus mar., Hydrastis.

Es sind bereits mehr als fünf Jahre seit dem Spitalaufenthalt vergangen ... Mein Mann kann dank der Hilfe Gottes und den Naturmitteln ein, wenn auch eingeschränktes, so doch lebenswertes Leben führen.

Ein Mann in unserem Bekanntenkreis erkrankte an derselben Krankheit, war aber noch nicht so schwer krank wie mein Mann. Leider lehnte die Gattin trotz ihrer Verzweiflung diese Naturbehandlung ab, mit der Begründung, ihr Gatte spreche auf die Bestrahlung gut an. Ein halbes Jahr später musste er sterben.

Ich berichte dies alles so ausführlich, um den Lesern zu zeigen, wenn es menschlich gesehen keine Hilfe mehr gibt, so können Naturmittel mit der Hilfe Gottes immer noch helfen. Aber zu so einer Behandlung gehört das Gebet, grosse Ausdauer und Konsequenz.»

Wir danken Frau U. nochmals an dieser Stelle für ihren ermunternden Bericht.

Hartnäckige Schmerzen im Kugelgelenk  
Am 29.7.1984 erhielten wir von Frau H. W. aus W. einen Brief. Sie schreibt uns:

«Heute, nach fast eineinhalb Jahren, möchte ich Ihnen danken für die Hilfe, die ich durch Ihre Ratschläge bekommen habe. Bis heute befolgte ich Ihre Anweisungen und bin überglücklich, dass ich meinen Arm wieder zu 99 Prozent schmerzfrei bewegen kann.»

Vor der Behandlung schrieb sie uns:

«Die Schmerzen im Kugelgelenk waren so schlimm, dass einige Ärzte konsultiert wurden. Ein Orthopäde verschrieb Massagen und wollte es mit Injektionen versuchen, falls die Massagen nicht helfen sollten.»

«Weil ich kein Freund von Spritzen bin, liess ich mich bei diesem Arzt, dessen verschriebene Massagen nichts am Zustand meiner Beschwerden zu ändern vermochten, nicht mehr sehen.»

«Der nächste Arzt war Chirurg und Sportarzt. Da ich sehr gerne Sport treibe, glaubte ich mich in rechten Händen. Ich liess mich zu einer Spritzkur mit Cortison überreden, um endlich Ruhe zu haben. Als nicht mehr gespritzt wurde, waren jedoch die Schmerzen nach kurzer Zeit verstärkt wieder da.»

«Ein Gynäkologe behandelte mich mit „Quaddeln“. Als dies auch nicht half, wurde wieder ein Orthopäde und Sportmediziner aufgesucht, der ebenfalls Massagen anordnete.» «Es wurde etwas besser – berichtet Frau W. – aber inzwischen ist es so schlimm geworden, dass ich ständig nachts vor Schmerzen erwache und nicht weiß, wie ich meinen Arm legen soll.»

Letztlich gab ihr ein Arzt schmerzstillende Zäpfchen, damit sie nachts schlafen konnte.

«Da ich das Gefühl habe, so nicht weiter zu kommen, wende ich mich heute voller Vertrauen an Sie, in der Hoffnung, dass Sie einen Rat wissen. Den „Kleinen Doktor“, das meistgelesene Buch bei mir zu Hause, habe ich schon etliche Male von vorn nach hinten durchstöbert, ob ich ein Mittel finde, das mir helfen könnte.»

Die Natur hält immer solche Mittel bereit und es ist erstaunlich, wie wirkungsvoll diese Frischpflanzen-Auszüge und einfache physikalische Massnahmen helfen.

Wärme, die naheliegende Anwendung, weil

sie die Durchblutung fördert, wurde Frau W. empfohlen; heisse Heublumenkompressen oder Leinensäckchen mit Heublumen gefüllt, mit anschliessender Einreibung mit Symphytum (Wallwurz). Da eine Entzündung meistens die Ursache von Schmerzen ist, gibt es ein altbewährtes Mittel: Echinacea, das täglich in mehreren Gaben verabreicht wird. Schliesslich gibt es noch eine ganze Reihe homöopathischer Mittel.

Sicherlich spielt bei Gelenkbeschwerden auch der Stoffwechsel ein Rolle. Eine Umstellung auf eine eiweissarme Ernährung, aber dafür mehr Rohkosttage und Saftfasten sind wichtig.

Die Stoffwechselschlacken werden besser abgeführt, wenn man die Funktion der Nieren mit einem Nierentee anregt, wobei hier die Goldrute (Solidago) an erster Stelle erwähnt werden muss.

So einfach manche Behandlungen in unseren Augen auch erscheinen mögen, versuchen wir doch, mit einem einfachen Kräutlein die hartnäckigen Beschwerden zu heilen oder zu lindern. Denken wir daran, dass sich in einer Blüte, die am Wegrand steht, ein kompliziertes und grossartiges Laboratorium verbirgt, das viele heilsame Stoffe für uns bereithält.

#### **Schuppenflechte – Wiederholte Erfolge mit Naturmitteln**

Diese unangenehme Erkrankung der Haut ist auf keinen Fall ansteckend, wie manche es befürchten. Die Betroffenen leiden nicht so sehr unter der Flechte selbst, als unter den psychischen Belastungen und der Unsicherheit, denn sie trauen sich nicht unter Menschen zu gehen, in der Meinung, gemieden zu werden, und sie fühlen sich auch manchmal wie Aussätzige.

Die Ursachen der Psoriasis liegen noch im Dunkeln. Man weiss aber, dass die Vererbung dabei eine Rolle spielt, wobei ein Glied in der Vererbungskette übersprungen wird; also von den Grosseltern auf das Enkelkind.

Einem heftigen Schub mit vermehrtem Auftreten der Schuppen geht meistens eine

starke seelische Belastung voraus. Aus diesem Grunde sollten sich Psoriatiker bemühen, ein ausgeglichenes Leben zu führen, denn obwohl sich die Schuppen zurückbilden, lauert dieses Leiden gewissmassen versteckt auf das nächste Zusammenspiel ungünstiger Faktoren.

Einen erfreulichen Bericht erhielten wir dieser Tage von Frau L. B. aus B. Sie schreibt uns:

«Heute möchte ich Ihnen doch endlich Nachricht geben. Sie hatten mir vor einem Jahr guten Rat zukommen lassen, wie die Schuppenflechte unserer Tochter zu behandeln sei.

Die von Ihnen angegebenen Mittel wurden von der verständnisvollen Ärztin unserer Tochter verschrieben. Es dauerte allerdings lange, bis ein Zustand erreicht war, der nun schon ein halbes Jahr anhält. Die Flechte ging so weit zurück, dass sie nicht mehr störend wirkt, das heisst, dass die Haut nicht mehr zum Jucken reizt. Auch sind die Schuppen nur in geringem Umfang vorhanden und werden von unserer Tochter kaum noch beachtet.»

Wer von der Schuppenflechte betroffen ist, muss nicht unbedingt verzweifelt dem Leben aus dem Wege gehen. Es besteht berechtigte Hoffnung, dass die äusseren Zeichen dieser Erkrankung, eben die Schuppen, weitgehend zurückgedrängt werden können. Nur etwas Geduld und Ausdauer müssen wir haben. Einige Mittel aus der Naturheilkunde und mit Hilfe der Homöopathie, wie Viola tricoloris und Graphites und ein hochverdünntes Arsen-trijodit, verbunden mit einer Umstellung der Ernährung mit vorwiegender Rohkost, können zu einer durchschlagenen Besserung beitragen.

---

#### **BIOCHEMISCHER VEREIN ZÜRICH**

Einladung zum öffentlichen Vortrag  
vom Dienstag, dem 19. Februar 1985, 20 Uhr  
im Restaurant «Löwenbräu Urania», 1. Stock

W. Nussbaumer: Biochemische Plauderei und  
Gesundheitsratschläge.

---