

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 43 (1986)

Heft: 6

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: 25.12.2025

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

hafte Gerichte hergestellt, meist im Ofen gebacken. Es waren eigentlich Pfannkuchen und diese haben mir ausgezeichnet geschmeckt.

Obschon der Name Buchweizen den Eindruck erwecken könnte, es handle sich um eine Getreideart, ist es nicht so. Buchweizen ist nur der Same eines Knöterichgewächses, das sich aber wie Weizen oder eine andere Getreideart verarbeiten lässt. In einigen Reform-Kochbüchern kann man interessante Zubereitungsarten von Buchweizen finden. Man sollte diese kräftige, aus Asien stammende Naturnahrung öfters auf den Tisch bringen. Es gäbe eine angenehme Abwechslung. Buchweizen verfügt über ein sehr hochwertiges, pflanzliches Eiweiss und eine Menge Vitamine und vor allem Mineralstoffe. Speziell kann man den Gehalt an Calcium, Kieselsäure, Magnesium und Eisen hervorheben. Während bei den Getreidearten ziemlich viele Leute auf Gluten, wie bereits erwähnt, allergisch reagieren, gibt es bei Buchweizen wie auch beim Reis, nur wenige, die dieses natürliche Nahrungsmittel nicht gut vertragen.

Gelegentliche Hautreizungen

Bei einigen Leuten hat man nach dem Genuss von Buchweizen eine Dermatitis, also eine entzündliche Hautreaktion festgestellt, vor allem wenn man die Haut dem Licht und der Sonne ausgesetzt hat. Welcher Stoff für diese allergische Hautreizung verantwortlich ist, konnten die Wissenschaftler noch nicht erklären. In den Lehrbüchern liest man höchstens, dass Patienten, die auf Buchweizen mit einer Dermatitis reagieren, auf dieses Nahrungsmittel verzichten müssen. Bei vielen allergischen Reaktionen verhält es sich ähnlich. Man weiss nicht, welcher Stoff dafür verantwortlich ist. Dann ist es immer am besten, wenn man auf dieses allergieauslösende Nahrungsmittel verzichtet. Es gibt aber viel mehr Menschen, die auf das Gluten der verschiedenen Getreidearten negativ reagieren, als es solche gibt, die nach Genuss von Buchweizen allergische Erscheinungen aufweisen. Dies sollte uns nicht hindern, vom Buchweizen als ein sehr wertvolles und gehaltvolles Naturnahrungsmittel Gebrauch zu machen.

Erfahrungen aus dem Leserkreis

Myome – kein seltenes Frauenleiden

Wir haben schon öfters über einige Anwendungen geschrieben, die diese Muskelgeschwulste der weiblichen Organe günstig beeinflussen können. Es bedarf aber wirklich grosser Geduld und Ausdauer, um ein Myom kleiner werden zu lassen oder ganz zum Verschwinden zu bringen. Dabei sollte man sich nicht der übertriebenen Hoffnung hingeben, dass nun jedes Myom beseitigt werden könnte. Die Grösse dieser Geschwulst spielt eine Rolle, seine Lage, und in den meisten Fällen treten sie nicht einzeln auf, sondern es sind mehrere Myome vorhanden. Nicht immer greifen die Ärzte zum Skalpell, sondern warten erst einmal ab, was sich daraus entwickelt. Die Geschwulst bleibt also unter Kontrolle.

In der Zwischenzeit kann versucht werden, Naturmittel und physikalische Therapie

anzuwenden. Nicht heimlich, denn darüber kann mit dem Arzt ganz offen gesprochen werden, auch dann, wenn er skeptisch gegenüber Naturmitteln eingestellt ist oder seine Patienten sogar entmutigt, einen Versuch zu machen.

Uns freut es, Briefe voller Zuversicht zu erhalten wie diesen, den uns Frau C. K. aus D. geschrieben hat:

«Vor etwa drei Monaten bat ich um Ihren Rat, da ich zwei Myome hatte. Sie empfahlen mir zum Einnehmen Petaforce-Kapseln und Conium mac. D₄. Zusätzlich machte ich regelmässig Zinnkrautumschläge und trank täglich ein Teegemisch aus Brennessel, Schafgarbe und Ringelblume. Ich tue dies immer noch. Vor einigen Tagen nun konnte mein Frauenarzt feststellen, dass bereits ein Myom verschwunden ist. Ich freue mich sehr darüber und danke Ihnen für Ihren

guten Rat. Ich bin sicher, dass das zweite Myom auch noch verschwinden wird.»

Wie die Zinnkrautumschläge gemacht werden, wollen wir kurz erklären. Es handelt sich hier um die sogenannten Dunstumschläge. Ein Tüchlein aus Leinen oder Baumwolle wird in Zinnkrautabsud getaucht, leicht ausgewrungen und heiss auf die untere Bauchhälfte gelegt. Darüber kommt ein vorgewärmtes Flanelltuch oder ein Handtuch, dann eine Wärmeflasche und eine wollene Decke. Während einer bis zwei Stunden entwickelt sich ein Wärmedunst, von dem die Heilwirkung ausgeht. Deshalb heissen diese Zinnkrautpackungen Dunstumschläge.

Zusammen mit den angegebenen Mitteln kann ein Heilungsprozess einsetzen, der letztlich einen operativen Eingriff überflüssig macht.

Gesundheitsvorsorge bei Tropenreisen

Wer eine Reise in südliche Länder unternimmt, der sollte sich nicht nur an den bunten und manchmal illusorischen Prospekten der Reisebüros orientieren. Der harmlose Tourist weiss oft nicht einmal, welchen gesundheitlichen Gefahren er in den Tropen begegnen kann. Nur wenige bereiten sich gründlich vor, holen Informationen ein und ergänzen ihre Reiseapotheke mit den notwendigen Mitteln. Es müssen nicht immer schlimme Krankheiten wie Malaria und Bilharziose sein. Eine heftige Diarrhöe oder «Montezumas Rache», wie man den Durchfall in Mexiko nennt, können die schönsten Ferien verderben.

Hinter einem kurzen Satz des Briefes von Frau M. B. aus Sch. verbergen sich viele Situationen, die vermieden werden konnten:

«Sie haben mir früher schon einmal gute Ratschläge erteilt und zudem leisteten mir Ihre Papayaforce-Tabletten während meiner 10jährigen Reiseleiter-Tätigkeit in Ländern wie Ceylon, Madagaskar usw. wertvolle Dienste.»

Papayafrüchte sieht man auch bei uns in Obst- und Gemüsegeschäften. Mit dieser Frucht, die nicht ganz billig ist, sollten wir

uns vertraut machen. In meinem Buch «Gesundheitsführer durch südliche Länder» schrieb ich darüber: «Der eigentliche Wirkstoff ist vorwiegend nur in der unreifen Frucht zu finden, während er bei den reifen Früchten in der Schale steckt, die man jedoch nicht isst, sondern wegwarf. Das Fruchtfleisch ist gelb oder rötlich und hat einen eigenartigen Geschmack, an den man sich nur langsam gewöhnt, indem man ihn mit etwas Zitronensaft mildert.»

Während einer Reise können wir natürlich nicht nach unreifen Papaya-Früchten Ausschau halten, denn sie wachsen ja nicht überall. In solchen Fällen können Papayaforce-Tabletten gute Dienste leisten. Man nimmt davon täglich einige Tabletten nach den Mahlzeiten ein, um sich so vor manchen Parasiten zu schützen.

«Ich war zwar sehr vorsichtig, wenn ich über meine Erfahrungen berichtete, aber immerhin wimmelt es dort von gefährlichen Amöben, Hakenwürmern, Oxyuren, Ascariden, Geisselwürmern und anderem mehr, denn all diese schlimmen Schädlinge vermehren sich durch Millionen von Eiern. Die einen saugen das Blut aus den Schleimhäuten des Darms, die anderen erzeugen Entzündungen, ja sogar Abszesse und Geschwüre. Sie dringen bis in die Leberpartien hinein, und Tausende ihrer Opfer gehen an den Folgen direkt oder indirekt langsam zugrunde.»

Erfolgreiche Behandlung von Zysten

Was ist eigentlich eine Zyste? Die Frage mögen sich unsere Leser sicherlich schon einmal gestellt haben. Als eine Zyste bezeichnet man einen Hohlraum in einem Gewebe, sei es in der weiblichen Brust, in der Leber, in den Nieren und anderen Organen. Manche Zysten sind schon angeboren und werden rein zufällig bei einer Untersuchung entdeckt. Da Hohlräume im Körper nicht leer bestehen können, sind Zysten meistens mit einer Flüssigkeit gefüllt. Im allgemeinen bereiten sie keine Beschwerden, es sei denn, dass nicht der Inhalt, sondern die Auskleidung krebsartig entartet ist. Oft wird ein operativer Eingriff

empfohlen, oder es wird versucht, eine Zyste mit natürlichen Mitteln zu beseitigen.

Offenbar ist das Frau H. aus U. gelungen, denn sie schreibt uns folgende Zeilen:

«Seit dem Dezember habe ich Ihre Medikamente regelmässig eingenommen. Kürzlich hatte ich nun wieder einen Termin bei meinem Frauenarzt. Mit gemischten Gefühlen ging ich hin. Während der Untersuchung teilte mir mein Arzt mit, dass er die linke, gut tastbare Zyste, nicht mehr spüre. Sie können sich gar nicht vorstellen, wie überglücklich ich die Praxis verliess.»

Obwohl die Behandlung einer Zyste sehr schwierig ist und viel Geduld erfordert, sollte man versuchen, mit Pestwurz (*Petasites*), einem Mittel gegen krankhafte Veränderungen des Gewebes, die Zyste zum Schrumpfen zu bringen. Ausserdem bewährt sich in solchen Fällen Calcium fluor. D₆, ein homöopathisches Mittel, das das Gewebe elastisch macht.

Um Stauungen zu verhindern, trinkt man tagsüber schluckweise ein Glas Wasser mit zwanzig Tropfen Hyperisan.

Äusserlich kann man Umschläge mit Heilerde, mit Zinnkrautabsud verrührt, machen.

Es lohnt sich, nichts unversucht zu lassen, um sogar schwierige Krankheitserscheinungen zu heilen.

Vor einer Operation sollte man prophylaktisch Echinaforce und Urticalcin einnehmen

Eine Leserin, Frau R. B., schreibt uns folgenden Bericht:

«Im September habe ich Sie um Rat gefragt wegen Medikamenten für eine bevorstehende Hüftoperation. Mit dem Chirurgen habe ich abgemacht, dass ich nur von Ihren Medikamenten nehmen möchte, und er war einverstanden. So nahm ich also schon vorher Echinaforce und dann später auch ein Kalkpräparat, Urticalcin, dazu.

Die Operation verlief ohne Komplikationen. Schmerzen hatte ich sehr, aber jetzt, nach zehn Wochen, geht es ziemlich gut.»

Man kann dem Körper viel nützen, wenn man ihm vor einer Operation prophylak-

tisch eine gesunde Ernährung, reich an Vitalstoffen zuführt. Auch durch die Einnahme von Kalk und regenerierenden Mitteln wie Echinaforce, kann die Heilung unterstützt werden. Oft gehen dann die Operationen viel leichter vonstatten und die Heilung erfolgt schneller. Äussere Narben sollte man mit Symphytum (Wallwurz) regelmässig behandeln, damit sie weich und geschmeidig werden.

Die gleiche Leserin berichtete noch folgendes, das auch wieder für viele Leser interessant sein dürfte:

«Die kleine Tochter meiner Nichte (vier Jahre) bekam im Gesicht vier oder fünf Warzen, was ihre Mutter sehr beunruhigte. Nun hatte ich in Ihren «Gesundheits-Nachrichten» gelesen, dass Thuja-Tinktur die Warzen heilt. Und so war es auch nach kurzer Zeit. Unter der einen Warze war sogar noch Eiter, verheilte aber sofort.

Wir waren alle sehr froh über die Hilfe, welche man meistens von Medizinern nicht erhält.

Wir danken Ihnen alle recht herzlich für alles.»

Es ist aber zu beachten, dass man Thuja über längere Zeit anwendet. Die Warzen verschwinden meist nicht in wenigen Tagen, es braucht seine Zeit.

Colitis ulcerosa – die Dickdarmentzündung

Bei dieser Erkrankung handelt es sich um eine chronisch verlaufende Entzündung der Dickdarmschleimhaut mit zahlreichen Geschwürbildungen. Zum Glück tritt sie recht selten auf. Obwohl die Ursache noch immer unbekannt ist, erkranken aber Menschen, die andauernd von Sorgen, Schwierigkeiten in der Familie und im Beruf geplagt werden und deren Gemüt ständig verkrampt ist.

Die Symptomatik dieser ernsten Erkrankung, die nach scheinbarer Heilung erneut auftreten kann, ist geprägt von Durchfällen, die später nur noch aus Schleimen und Eiter bestehen. Oft sind sie mit Blut vermengt. Als Folge davon kommt es zu erheblichem Gewichtsverlust und Blutarmut.

In die Behandlung wird vor allem die Ernährung miteinbezogen. Da der Darm ent-

zündet ist, darf er nicht noch mehr gereizt werden. Deshalb soll die Nahrung keine Ballaststoffe enthalten. Diese Diät umfasst auch wenig Eiweiss und muss unbedingt fettfrei sein. Warme Umschläge auf den Oberbauch werden als wohltuend empfunden und tragen durch ihre entspannende Wirkung zur Linderung des Leidens bei. Obwohl die Krankheit geheilt werden kann, besteht gelegentlich die Neigung zu Durchfällen, die aber durch Naturmittel leicht beseitigt werden können. In diesem Zusammenhang schrieb uns Frau E. H. aus F. folgenden Brief:

«Ihr Buch „Der kleine Doktor“, das ich im Sommer 1985 geliehen bekam (inzwischen besitze ich ein eigenes), wurde mir gesundheitlich zum grossen Segen. Ich kann nicht genug dafür danken, dass mir dieses Buch in die Hände kam, geschrieben von einem selbstlosen Arzt, der sein Wissen preisgibt und dadurch Millionen Menschen zur wirklichen Heilung verschiedener Leiden verhilft.

Hier in kurzen Worten meine Krankengeschichte: Nach einigen anderen Krankheiten sowie Operationen wurde 1972 eine Colitis ulcerosa festgestellt. Nach der dritten Fastenkur war die Dickdarmentzündung ausgeheilt. Nach zwei Jahren waren wieder Koliken aufgetreten. 1984 wurde wieder eindeutig eine Colitis ulcerosa festgestellt und man sagte mir: Unheilbar. Ende September bis Ende Oktober 1985 war ich fünf Wochen wegen Colitis ulcerosa und Kachexis in einer Schwarzwaldklinik, jedoch ohne Erfolg. Mitte November 1985 begann ich Ihre Medikamente intensiver, zum Beispiel Bioferment, Acidophylus in Pulverform, später noch Schnekkensirup, dazu Echinacea und zur Nervenstärkung Hafertropfen sowie zum Schlafen Passiflora und Weissdorn einzunehmen. Für den Kreislauf nehme ich Hypericum. Verwandte und Bekannte sowie auch der Apotheker staunten und freuten sich in diesem Monat über meinen jetzt guten Gesundheitszustand und ich kann von einem kleinen Wunder sagen, und hoffe, dass es noch einmal ganz gut wird mit mir. Ich danke Ihnen!»

Tumor – ein unabwendbares Schicksal?

Nicht immer treffen die Prognosen der Ärzte zu. Nur zu oft erlebt der Patient, dass ihn der Arzt, statt zu ermuntern, mit seinen Sprüchen direkt das Leben erschwert und der Hoffnungslosigkeit preisgibt. Durch solches Verhalten verliert der Arzt seine Glaubwürdigkeit, eine wirkliche Heilkunst an seinen Patienten auszuüben. Bei so manchen Tumorerkrankungen gab es aus der Sicht der Ärzte nicht den kleinsten Hoffnungsschimmer, und dennoch erholte sich der Patient und wurde zum Erstaunen der Ärzte gesund.

Einen kleinen Einblick in diese Zusammenhänge erlaubt uns der Brief von Frau J. J. aus H., die uns folgendes schreibt:

«Nun sind fast 1½ Jahre vergangen, seit ich Ihren Brief vom 20.8.84 erhalten habe. Ich hatte Ihnen geschrieben, dass ich dreimal eine Operation hatte wegen einem Beckentumor. Nach der dritten Operation sagte der Arzt zu meinem Sohn: „Es müsste ein Wunder geschehen, wenn der Tumor nicht mehr kommt“. Das war für mich wie ein Hammerschlag, deshalb wendete ich mich um Hilfe an Sie. Auch mein Hausarzt sagte mir: „Da hilft nichts anderes als rausschneiden, rausschneiden, rausschneiden“.

Als ich Ihren Brief erhielt, befolgte ich genau Ihre Anweisungen. Mitte Dezember 84 erhielt ich von der Uni-Klinik in U. eine Aufforderung zu einer Computer-Thomographie. Man konnte fünf Monate nach der Operation kein Wachstum des Tumors feststellen und sagte mir: „In etwa vier Monaten werden wir Ihnen einen weiteren Termin zu einer Untersuchung angeben“. Ich wartete lange über die Zeit hinaus, aber es kam keine Aufforderung. Vergangenes Jahr, Dezember 85, ging ich zu meinem Hausarzt, er gab mir eine Überweisung zu einer Röntgenaufnahme. Diese wurde mit allen vorhergehenden Röntgenaufnahmen verglichen und man konnte keinen Tumor feststellen.

Also ist dieses „Wunder“ dank Ihrer richtigen Anweisungen doch eingetroffen! Bestimmt hätte ich seither schon eine vierte Operation durchmachen müssen. Zwischen der ersten und zweiten Operation sind 24 Monate

vergangen, zwischen der zweiten und dritten Operation nur 16 Monate und jedesmal war der Tumor doppelt so gross!»

Natürlich gibt es gegen Geschwulsterkrankungen kein Patentrezept. Die biologische Behandlung zielt jedoch, im Gegensatz zur Chemotherapie und Bestrahlung, darauf ab, die körpereigenen Abwehrkräfte zu mobilisieren. Besonders als Nachsorge nach Tumoroperationen kann diese Ganzheitstherapie erfolgreich eingesetzt werden, um ein Rezidiv oder eine Metastasierung zu verhindern.

Im Nachsatz bemerkt Frau J. noch:
«Auch das Ekzem am Steissbein ist mit Viola tricolor nach zehn Tagen verschwunden, obwohl ich vorher fünf Monate lang alles mögliche ausprobiert habe.»

Johannisöl

Johannisöl ist wirklich ein altbewährtes Volksheilmittel, das vor allem auf dem Lande, bei den Bauern, viel verwendet wird. Sie stellen es oft selbst her. Die Johannisblüten und Knospen werden zerkleinert, eventuell durch eine Hackmaschine gedreht und dann in Mohn-, Sesam- oder Sonnenblumenöl angesetzt.

Falsch wird es gemacht, wenn man das Öl in einem weissen Glas an die Sonne stellt. Durch die einseitige Erwärmung wird das Öl rancig. Nur Licht ist notwendig, aber keine Sonne. Wir stellen Johannisöl in grossen Mengen her und bekommen immer wieder interessante Berichte zugestellt, die ausser dem, was im «Kleinen Doktor» geschrieben ist, noch zusätzliche Möglichkeiten an Heilwirkungen durch Johannisöl aufzeigen. So schreibt uns Frau A. H. aus O., Leserin der «Gesundheits-Nachrichten», folgendes:

«Beim Lesen der «Gesundheits-Nachrichten» von A. Vogel, fand ich einen Bericht aus dem Leserkreis vom Mai 1978. Eine Frau schreibt, wie sie durch Einnahme von Johannisöl von vieljährigen Blähungen und Gärungen geheilt worden war.

Ich selber habe mit diesem Öl sehr gute Erfahrungen gemacht. Ich hörte von einer Frau, die das Kindbettfieber bekam und

sehr schlecht dran war, so dass man mit der Genesung nicht mehr gerechnet hat. Durch die Einnahme von Johannisöl ist sie wieder gesund geworden.

Eine eigene Erfahrung möchte ich Ihnen noch mitteilen. Eines meiner Mädchen, als es drei Jahre alt war, ging oft zum Brunnen, um darin zu plantschen. Ich achtete auch nicht immer darauf, wenn es durch und durch nass geworden war. So hat sich das Mädchen richtig erkältet und dadurch immer die Höschen genässt. Ich klagte mein Leid einer Freundin, denn ich wusste nicht mehr, was ich tun sollte. Sie sagte mir, kauf Johannisöl, stell es auf den warmen Ofen, und vor dem Zubettgehen reibe deiner Tochter die Blasengegend und die Fusssohlen damit ein. Nach wenigen Tagen war es schon besser, und nach 14 Tagen hat sie nicht einmal mehr ins Bett genässt. Johannisöl ist ein so einfaches Mittel, besser als Teekuren oder sonstwas.»

Die Patientin schreibt noch, wenn man eine solche Anwendung mache, sollte man Socken anziehen, denn Johannisöl hinterlässt natürlich Flecken, die beim Waschen nicht gut entfernt werden können. Sie erwähnt zum Schluss noch, dass sie die «Gesundheits-Nachrichten» regelmässig liest und darin schon viele gute Ratschläge gefunden hat, wie zum Beispiel:

«Durch das lauwarme Baden in Storcheschnabel ist mir der Gries aus den Augen genommen worden.»

Solche Mitteilungen sind immer willkommen. Wenn Erfahrungen aus dem Volk kommen, sollte man diese nie unbeachtet lassen, denn ein Grossteil der Naturheilmethode ist eben auf Erfahrungen aufgebaut. Empyrik, wie man das nennt, also Erfahrungsheilkunde.

BIOCHEMISCHER VEREIN ZÜRICH

Einladung zum öffentlichen Vortrag vom Dienstag, den 17. Juni 1986, 20 Uhr, im Restaurant «Löwenbräu Urania», 1. Stock

W. Nussbaumer spricht über
die biologische Bedeutung der Nebennieren
