

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 43 (1986)
Heft: 11

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: 21.02.2026

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

sind der Knoblauch und der Meerrettich. Mit diesen zwei würzigen Naturprodukten können wir, wenn wir sie in kleinen Mengen,

aber regelmässig verwenden, dem Körper eine grosse Hilfe bieten und seine eigene Regenerationskraft fördern.

Müde Füsse

Den Füssen sollte man viel mehr Beachtung schenken, denn sie sind doch so wichtig, um uns durch das ganze Leben zu tragen. In erster Linie sollte man dafür sorgen, dass man gesunde, vernünftige Schuhe trägt. Leider sind moderne Schuhe nicht immer gesund. Das Gesunde, das den anatomischen Formen des Fusses entspricht, ist nicht immer modern. Die Schuhfabrikanten könnten den Menschen einen grossen Dienst erweisen, wenn sie schöne, moderne Formen schaffen würden, die aber zugleich gesund sind, das heisst den anatomischen Voraussetzungen des Fusses entsprechen. Schlimm ist es vor allem bei Menschen, die viel stehen müssen, zum Beispiel hinter dem Ladentisch oder die irgendeine stehende Tätigkeit ausüben, wobei die Füsse keinerlei Bewegungsmöglichkeit haben.

Venöse Stauungen verhindern

Dann gibt es natürlich Stauungen. In solchen Fällen sollte man unbedingt jeden Abend ein Fussbad nehmen, angenehm warm, am besten mit Thymian oder irgend einem aktivierenden, aromatischen Kraut. Thymian hat den Vorteil, dass er infolge seines Öles noch eine desinfizierende Wirkung hat. Zudem regt er den Kreislauf an, besiegt Stauungen und wenn man noch mehr erreichen will, macht man ein Wechselbad mit warm und kalt. Zuerst ins warme Wasser, damit der Fuss schön durchwärmst wird und dann kurz ins kalte Wasser. Es gibt eine gewisse Regel: Soviele Minuten man die Füsse im warmen Wasser hat, soviele Sekunden taucht man sie in das

kalte Wasser. Dieser Vorgang wird zwei- bis dreimal wiederholt. Solche Wechselbäder regen die Kapillar-Tätigkeit an und sind eine wahre Wohltat. Nach dem Fussbad kann man dann die Füsse mit Johannisöl etwas einreiben oder wenn schmerzhafte Reaktionen auftreten mit Juniperusöl, einem Wacholderprodukt. Diese Fussbäder wirken erfrischend auf den ganzen Körper. Wenn sich zwischen den Zehen wunde Stellen befinden, wirkt Johannisöl vorzüglich, und wer sogar an Fusspilz leidet, der sollte Watte mit Molkenkonzentrat getränkt über Nacht dazwischenlegen und einen Socken anziehen. Ein noch stärkeres Pflanzenmittel gegen Fusspilz ist Spilanthes mauretania, eine Tinktur aus einer tropischen Pflanze. Wenn man eine solche Tinktur, ebenfalls in Watte getränkt, zwischen die Zehen legt, dann sollte man aber anschliessend mit Johannisöl einfetten. Wer die Füsse richtig pflegt, pflegt damit auch den ganzen Körper. Barfusslaufen in den Ferien am Strand oder im Meerwasser tut gut. Besonders ist darauf zu achten, dass man ja nie kalte Füsse anstehen lässt. Durch solche Unterkühlungen lässt die Durchblutung nach und es können sich dadurch ungehindert Bakterien, zum Beispiel in der Blase, entwickeln. Frauen sind in dieser Hinsicht besonders gefährdet, denn sie leiden ja viel mehr an solchen Infekten als Männer. Schenken wir also dem am meisten vernachlässigten Teil unseres Körpers mehr Aufmerksamkeit, damit die Füsse uns ihren Dienst voll erweisen können.

Erfahrungen aus unserem Leserkreis

Kreislaufstörungen bei einer Boxerhündin
Frau A. S. aus Winterthur berichtete uns wie folgt:

«Meine Tochter hat eine neun Jahre alte Boxerhündin, die immer Kreislaufstörungen hatte, mit hohem Pulsschlag, dadurch

bei Aufregung immer in Ohnmachten fiel. Der Tierarzt verschrieb ein spezielles Mittel, zweimal eine Tablette im Tag, davon wurde sie ganz oft ohnmächtig, und so musste die Tochter ihr dann nur noch zweimal eine halbe Tablette geben. Die Ohnmachten kamen aber oft wieder.

Darauf hat die Tochter Crataegisan gekauft, sie gab dem Boxer dreimal zehn Tropfen im Tag. Nach etwa 14 Tagen hatte die Hündin keine Beschwerden mehr. Es ist jetzt ein halbes Jahr her, und mit diesen Tropfen geht es ihr wieder gut, und das können wir nur Ihnen verdanken. Also sind Ihre Mittel auch gut für Tiere.

Ich persönlich nehme seit Jahren immer Echinaforce und Arterioforce und habe schon viele Jahre keine Erkältung mehr gehabt. Ich bin 74 Jahre alt und schwöre auf Ihre Medikamente!»

Wir erhalten sehr oft Berichte, dass unsere pflanzlichen Naturmittel bei Tieren ebenso prompt wirken wie bei uns Menschen. Tierkörper reagieren ganz ähnlich. Es ergibt sich höchstens ein Unterschied im Einnahmequantum. Für ein Pferd oder ein anderes Grosstier muss man die Dosierung selbstverständlich erhöhen, im Vergleich zum Beispiel zu einem Hund oder einer Katze. Glücklicherweise wirken die Naturmittel auch dann nicht schädigend, wenn man sie einmal überdosieren sollte.

Angstzustände

Von einem mit uns befreundeten Missionar sehepaar aus Kenya erhalten wir folgenden, erfreulichen Bericht, der von allgemeinem Interesse sein kann:

«Marilyn und ich freuen uns immer, wenn wir mal von Euch Post erhalten, denn wir wissen, dass Ihr immer sehr beschäftigt seid und dabei trotzdem noch für uns Zeit findet, dafür danken wir Euch herzlich.

Heute möchte ich Euch etwas über meine Ginkgokur berichten, die ich zusammen mit den Vinca-Minor-Tropfen und Hypericum einnehme. Ein guter Erfolg ist jetzt schon in meinem Allgemeinbefinden zu sehen, besonders was die Angstzustände anbetrifft. Sie sind völlig verschwunden,

und alles sieht wieder rosiger und freudiger aus. Auch was das Gedächtnis anbetrifft, sehe ich einen ermutigenden Fortschritt und häufig kommen mir Erinnerungen in den Sinn, an die ich schon vor Jahren nicht mehr gedacht hatte. All dies stimmt mich sehr freudig, und ich bin unserem himmlischen Vater sehr dankbar, dass er diese Blätter hat wachsen lassen, aber auch Dir bin ich sehr dankbar, dass Du diese Blätter in einfache Tropfen verwandelt hast, die man ohne grosse Mühe immer zur rechten Zeit einnehmen kann.»

Die Missionarin hatte also Angstzustände, und das ist für ihren Beruf, wenn sie andere Menschen trösten will, nicht günstig. Mit diesen drei Mitteln: Ginkgo biloba, Vinca Minor und Hypericum, sind diese Angstzustände - wie sie uns mitteilt - völlig verschwunden. Ich habe schon einmal die Kombination dieser drei Mittel in einer ähnlichen Situation versucht und bin nun so dankbar, aus Kenya einen so positiven Bericht zu erhalten. Es ist wirklich so, wie die Missionarin schreibt, wir dürfen unserem Schöpfer dankbar sein, dass er in die Pflanzen so eigenartige Wirkungseffekte hineingelegt hat, die wir heute gebrauchen können. Wir sagen manchmal, und auch in jungen Jahren haben wir oft den Ausdruck gebraucht, wenn wir auszogen um Kräuter zu sammeln, «wir gehen in die Fundgrube der Herrgotts-Apotheke, um neue, wertvolle Entdeckungen zu machen». Wir haben in den vergangenen fünfzig Jahren viel Wertvolles erkennen dürfen und sind heute mehr denn je davon überzeugt, dass noch viel mehr Schätze in der Natur und in der Pflanzenwelt verborgen sind, die noch gehoben werden können und zum Wohle der Menschheit verwendet werden müssen! Nur so können wir den vielen negativen, schädlichen Einflüssen, die durch die ungeschickte Veränderung der Umwelt auf den Menschen einwirken, entgegensteuern.

Herzschwierigkeiten – Blutverdünnung

Aus Karibib in Südwest-Afrika, heute Namibia, erhielten wir von Freunden, die eine Sanitätsstation führen, folgende Anfragen:

«Der Ehemann einer Freundin leidet an Herzschwierigkeiten und bekommt seit Jahren ein Medikament vom Arzt, um das Blut zu verdünnen.

Jetzt endlich haben die Ärzte festgestellt, dass dieses Medikament sehr schädlich ist. Diese Freundin hat sich vor Jahren auf mein Anraten hin Ysop kommen lassen. Man hat ihr den Tee geschickt (ich kannte nur das Gewürz). Ist das egal?»

Es stimmt, dass Ysop mithilft, Blut zu verdünnen. Als die Juden aus Ägypten auszogen, mussten sie das Blut des geschlachteten Lammes mit Ysopbüscheln an die Türpfosten streichen, damit – wie die Bibel sagt – der Würgeengel an ihnen vorüberging. In vielen Kräuterbüchern wird die Wirkung des Ysop beschrieben. In seinem hervorragenden Kräuterbuch «Unsere Heilpflanzen in Wort und Bild» schreibt Dr. Losch: Ysop in Wasser gesotten und überschlagen, verzehrt das geronnene Blut». Man kann Ysop ohne weiteres säen, er ist in der gemässigten wie in der subtropischen Zone im Garten ziehbar. Aus den Blättern kann Tee zubereitet werden oder die Pflanze wird ganz fein geschnitten und unter Salate oder irgend eine Rohspeise gemischt.

Das Kerbelkraut als Salat und Suppe

Wir kennen noch eine zweite Pflanze, die dazu beiträgt, das Blut zu verdünnen. Es ist das Kerbelkraut, auch ein Gewürz. Man kann es ansäen und nach einiger Zeit spriesen feine, zarte, aromatische Pflänzchen, die man ähnlich wie Kresse ernten, zerschneiden und zu oder in Salate verarbeiten kann. Früher hat man im Kanton Bern fast in jeder Drogerie «Chörblikraut-Wasser» (also Kerbelkraut-Wasser) bekommen. Dieses Wasser haben ältere Leute gegen hohen Blutdruck und zur Blutverdünnung getrunken. Aus Kerbel wurde früher eine Kräutersuppe zubereitet. Drei Esslöffel feines Kerbelkraut werden mit fünf Esslöffel frisch geschnittenem Sauerrampfer und etwas Zwiebel und Petersilie in Butter gedünstet. Das ganze wird dann mit Wurzelbrühe übergossen, mild gesalzen und weich gekocht. Zur geschmacklichen

Abrundung fügt man der Suppe etwas Eigelb und Rahm bei.

Änderung der Ernährung und Lebensweise

Will man jedoch eine gründliche Änderung der Viskosität des Blutes erreichen, dann genügt dies nicht allein. Man sollte eiweiss-arm Essen, also Fleisch, Eier und Käse stark reduzieren, vielleicht für einige Zeit weglassen und blutverdünnende Säfte wie zum Beispiel, Grapefruitsaft, Mineralwasser mit Molkenkonzentrat oder Zitronensaft trinken. Viel Rohkost ist angezeigt. Auf diese Art und Weise kann man die Dickflüssigkeit des Blutes langsam aber sicher reduzieren und den Gesamtzustand verbessern. Neben der Ernährung spielen die Lebensumstände eine Rolle, zum Beispiel Übergewicht, Alkoholgenuss und Rauchen. Im «Kleinen Doktor» kann so manches nachgelesen werden, was zur gesunden Lebensweise beiträgt.

Unterstützung des Herzens

Um das Herz wieder in Ordnung zu bringen und zu kräftigen, sollte der Patient ein Präparat aus Weissdorn (Crataegus) einnehmen und zwar von einem guten Frischpflanzenpräparat, morgens und abends je 20 bis 30 Tropfen.

Der gefährdete Patient darf zum Beispiel nach einem überstandenen Herzinfarkt oder Gehirnschlag die vom Arzt verordneten Blutverdünnungsmittel nicht eigenmächtig absetzen, denn Ysop und Kerbelkraut helfen – wie gesagt – nur mit, das Blut zu verdünnen. Vor allem eignen sie sich als vorbeugende Heilkräuter zur Unterstützung normaler Blutviskosität.

Zyste auf dem Eierstock

Von einer Patientin aus dem Basel-Land ging uns am 4. März folgender Bericht zu: «Ich hatte eine mehrkammerige Zyste auf dem rechten Eierstock. Statt Operation begann ich eine Tröpfli-Kur mit Lachesis und Pestwurz. Zusätzlich Silicea-Tabletten und Zinnkrauttee. Nach etwas mehr als einem Monat, bei der zweiten Arztkontrolle, war keine Zyste mehr vorhanden.»

Dieser Erfolg zeigt uns, dass man, bevor man sich in einem solchen Falle zu einer Operation entschliesst, eine phytotherapeutische oder Tröpfli-Kur – wie es die Patientin bezeichnet – durchführt. Zur Erklärung sollte noch gesagt werden, dass Lachesis in einer homöopathischen Potenz angewendet werden sollte, und zwar in D₁₀ oder D₁₂. Lachesis ist ein so starkes Mittel, dass man es in tiefen Potenzen nicht anwenden sollte. In einem solchen Fall ist es auch sehr gut, wenn man mit Thymiantee noch Sitzbäder durchführt, um den Blutkreislauf im Unterleib anzuregen und gewisse Stauungen zu beseitigen.

Brustwarzenrisse

Frau L. aus Belgien berichtet uns:

«Als ich anfangs März 1983 einem prächtigen Sohn das Leben schenkte, war ich sehr glücklich, stillen zu können. Mein Glück dauerte aber nicht lange, denn am zweiten Tag entstanden Brustwarzenrisse. Es war sehr schmerhaft. In der Entbindungsanstalt riet man mir, mit dem Stillen aufzuhören, sobald die Brustwarzen zu bluten anfangen würden. Sie können sich vorstellen, Welch eine Enttäuschung das für mich war.

In den «Gesundheits-Nachrichten» las ich aber, dass man Brustwarzenrisse mit Crème Bioforce behandeln kann. Ich habe es sofort versucht und der Erfolg war phantastisch. Schon am ersten Tag liessen die Schmerzen nach. Nach jedem Stillen rieb ich die Brustwarzen mit Crème Bioforce ein und so habe ich unseren Jorich noch acht Monate lang ohne Probleme oder Schmerzen stillen können.

Ich brauche Ihnen nicht zu sagen, wie glücklich ich war».

Es ist sehr erfreulich, was diese Frau aus Belgien uns berichtet. Aber enttäuschend ist es, dass die Ärzte einer Mutter so schnell empfehlen, mit dem Stillen aufzuhören. Mit einem so einfachen Mittel wie Crème Bioforce konnte nun der Frau geholfen werden. Warum? Weil die Crème Bioforce Wollfett enthält, also das Fett aus der natürlichen Schafwolle, und in diesem ist

normalerweise Vitamin F. Dieses Fett ist praktisch genommen von Natur aus schon für die Haut geschaffen. Zudem enthält die Crème auch Johannisöl, Arnika und andere Heilpflanzenauszüge. Dass eine solche Crème Brustwarzenrisse in kurzer Zeit zu heilen vermag, das ist für uns selbstverständlich.

Noch besser wäre es, die jungen Frauen würden es nicht so weit kommen lassen, bis sich Brustwarzenrisse einstellen. Man sollte schon gegen Ende der Schwangerschaft die Brust etwas pflegen, am besten mit Johannisöl oder an und für sich auch schon mit dieser Wollfett-Crème, also Crème Bioforce.

Vorbeugen ist auch da einfacher als nachträglich zu heilen!

Ginkgo biloba verbessert das Augenlicht

Von einer Patientin, die schon längere Zeit Ginkgo einnimmt, erhalte ich folgenden Bericht, der vielen Lesern dienlich sein könnte.

Eine Kindergärtnerin berichtet, dass sie seit vielen Monaten Ginkgo, morgens und abends etwa dreissig Tropfen, regelmässig eingenommen hat, weil sie mit ihrer Brille nicht mehr gut lesen konnte. Sie teilte mir mit, dass sie die alte Brille, die sie früher benutzte, als ihre Augen noch besser waren, wieder aufsetzte, und siehe da, sie hat wieder ganz scharf lesen können. Das zeigt, dass ihre Augen durch die Einnahme dieses Mittels ganz eindeutig eine Besserung erfahren haben.

Wieso war das möglich? Ich habe mir dies ganz gut überlegt: Weil Ginkgo die Durchblutung bis in die feinen Kapillargefäße fördert und auch die Zufuhr des Sauerstoffes verbessert, konnte auf diese Art und Weise im Auge auch eine regenerierende Wirkung ausgelöst werden. Es wäre gut, wenn noch viele, die dieses Pflanzenprodukt aus dem Ginkgoaceen-Baum längere Zeit, das heisst monatelang, einnehmen, beobachten würden, wie sich ihre Sehschärfe verbessert. Wer diese erfreuliche Feststellung macht, sollte uns dies mitteilen, damit wird mehrere Fälle haben, die diese

Wirkung bestätigen. Nicht nur die Augen werden mit Ginkgo günstig beeinflusst, sondern auch andere Sinnesorgane wie zum Beispiel das Gehör. Eine ähnliche Wirkung geht auch von Vinca minor, der Immergrünpflanze aus. Wir sind überhaupt für jede Mitteilung dankbar, denn die Naturheilmethode baut sich im Grunde auf Beobachtungen auf. Ginkgo biloba verbessert also den Kreislauf und zwar vor allem des Kapillarsystems, das heißt, sie wirkt auf die feinsten Verzweigungen der Gefäße. Wie oft haben wir erlebt, dass ein Naturmittel eingesetzt wurde für irgend ein Leiden und eine andere Funktionsstörung des Körpers ist damit ebenfalls beseitigt worden. Wenn sich dies einige Male wiederholt, dann hat man das Erfahrungsgut um eine wichtige Erkenntnis bereichert.

Eine weitere Anfrage kommt von Frau R. M. aus B. Sinngemäß schreibt sie uns: «Was kann ich als junge Frau gegen zyklusabhängige Beinbeschwerden tun? Diese treten hauptsächlich in der zweiten Zyklushälfte auf und äußern sich mit Schmerzgefühl und geschwollenen Knöcheln beziehungsweise Füßen. Ich treibe regelmässig Sport: Schwimmen, Velofahren und ernähre mich lacto-vegetabil.»

Auch in solchen Fällen könnte man mit Ginkgo biloba und Vinca minor Abhilfe schaffen. Deshalb erhielt Frau M. auf ihre Zuschrift folgende Antwort:

«Gegen Ihre zyklusabhängigen Beinbeschwerden könnte man zwei Mittel einsetzen, die die Sauerstoffbeförderung in die feinen Blutkapillaren verbessern. Das wären Ginkgo biloba und Vinca minor. Man könnte abwechselnd den einen Tag morgens früh das eine Mittel und den anderen Tag das andere Mittel einnehmen. Etwa zwanzig Tropfen. Vielleicht sogar nochmals am Abend zusätzlich eine Dosis. Das wäre also eine Möglichkeit, die die Durchblutung bis in die feinsten Kapillargefäße unterstützt. Probieren Sie es einmal.»

Überall dort, wo es sich um Durchblutungsstörungen handelt, können die beiden Mittel eingesetzt werden, und besonders bei Alterserscheinungen am Gefäßsystem.

Inzwischen erhielten wir eine Nachricht von Frau M. W. aus B., die uns schreibt: «Für Ihren netten Brief vom 20.6. danke ich Ihnen bestens. Ich freue mich sehr, Ihnen berichten zu können, dass die Schmerzen in meinen Beinen bedeutend nachgelassen haben. Auch das Aussehen der Beine hat sich nach diesen knapp zwei Monaten wesentlich verbessert. Der Druck im Kopf ist sogar ganz verschwunden, seitdem ich die von Ihnen empfohlenen Mittel einnehme.»

Auch in diesem Fall nahm Frau W. Ginkgo biloba zur besseren Durchblutung der feinsten Kapillaren ein. Da das venöse System auch nicht in Ordnung war, erhielt sie entsprechende Mittel zur Verhinderung von Stauungen in den Beinen.

Warzen

Von Frau M. S. aus Linz/Österreich, haben wir die folgenden Zeilen erhalten: «Als ich vor einigen Wochen an Grippe erkrankt in meinem Bett lag, habe ich in den «Gesundheits-Nachrichten» gelesen. Was könnte man Besseres tun? Ich las von der Anwendung von Waldschnecken gegen Warzen. Weil ich gerade in den Wochen vorher Erfahrung mit einem anderen Mittel gemacht hatte, möchte ich diese in meinem Brief mitteilen: Betupfen der Warzen mit Rizinusöl. Sie trocknen ein und fallen ab. So geschehen bei mir am Hals.»

Interessant, wie viele Anwendungen es gegen Warzen gibt. Weil nicht jeder Mensch auf die gleiche Art reagiert, kann jeder das bei ihm am besten wirkende ausprobieren. Es freut uns, solche Erfahrungen zu publizieren.

Inhalationen mit Kräutern

Zum entsprechenden Artikel in den Oktober-«Gesundheits-Nachrichten» erhielten wir folgende Zuschrift, die wir unseren Lesern gerne zur Kenntnis bringen: «Vor 18 Monaten konnte die Drogerie Burri in Spiez der Öffentlichkeit ein völlig neuartiges Heilkräuter-Inhalierverfahren vorstellen. Inzwischen wurden bereits über

5000 Inhalationen mit Erfolg angewendet. Unser Körper nimmt täglich mit der Atemluft, dem Essen und Trinken nebst lebensnotwendigen Stoffen viele Schadstoffe auf

– die er wieder ausscheiden muss. Sind jedoch die Abwehrkräfte geschwächt und funktionieren die Ausscheidungsorgane schlecht, lagern sich die Schadstoffe ab. Krankhaft verhärtete Blutgefäße, schlechte Blutzirkulation, Herz- und Nierenbeschwerden sowie erhöhte Infektions- und Krankheitsanfälligkeit sind die Folgen.

Nun wissen wir, dass die Lunge eine sehr grosse Oberfläche hat, die sehr viele Wirkstoffe aufnehmen kann. Mit einem neuen Inhalierapparat, der die Kräutermischungen mikrofein vernebelt, machen wir uns diesen Umstand zunutze.

Verwendet werden heute rund 15 verschiedene Inhalationsmischungen. Dazu werden ausschliesslich A.-Vogel-Tinkturen eingesetzt.

Bei Problemen mit den oberen und unteren Luftwegen konnten besonders gute Ergebnisse erzielt werden. So wird unter anderem bei Sinusitis und Bronchitis mit Echinaforce regelmässig inhaled. Eine Kur setzt sich aber nicht aus Inhalationen allein zusammen, sie wird mit einem dazu passenden Tee, einer Tinktur, einem homöopathischen Präparat und eventuell einer dem Krankheitsbild angepassten Diät kombiniert. Für weitere Informationen steht Ihnen Herr Wilfred Burri, Eidg. dipl. Drogist, Spiez, Telefon 033 542244, jederzeit gerne zur Verfügung».

**Geschenk für
«Gesundheits-Nachrichten»-Abonnenten**

Sag es mit Blumen

Poesie, Gedichte sind wie Blumen im Garten des Lebens. Vieles kann man leichter verstehen und akzeptieren, wenn es in Poesie dargeboten wird.

Deshalb schenke ich allen Abonnenten der «Gesundheits-Nachrichten» ein Gedichtbändchen von Sophie Vogel-Sommer

«Des Lebens Fülle»

Gedichte, die während vielen Jahrzehnten als Einführung unsere Zeitschrift bereichert haben. Ich hoffe, dass diese Gedichtsammlung all unseren Abonnenten viel Freude bereitet. Sicherlich ist es eine Hilfe für ein tieferes Verständnis unserer Probleme im heutigen turbulenten Zeitgeschehen.

Ihr Exemplar wird Ihnen im Laufe des Monats November zugestellt. Wer für Freunde und Bekannte weitere Exemplare wünscht, kann diese wie folgt beziehen:

Schweiz:

**Verlag A. Vogel GmbH, CH-9053 Teufen AR
zu Fr. 19.– plus Porto**

Deutschland/Österreich:

**Verlagsauslieferung A. Vogel, Postfach 5003
D-7750 Konstanz zu DM 22.– plus Porto**

BIOCHEMISCHER VEREIN ZÜRICH

Einladung zum öffentlichen Vortrag vom Dienstag, den 18. November 1986, 20 Uhr, im Restaurant «Löwenbräu Urania», 1. Stock

W. Nussbaumer spricht über die im Entzündungsstadium bei Erkältungen anzuwendenden Nährsalze

A. Vogel spricht

**Freitag, 7. Nov. 1986, 19.30 Uhr
in 7859 Eimeldingen bei Lörrach,
Rebländhalle**

Thema: Wie lebe ich gesund mit der heutigen Umweltbelastung?

Veranstalter: Verein zur Gesundheitsförderung e. V., Dreiländereck und Gesundheitszentrum Venus.

**Donnerstag, 13. Nov. 1986, 19.30 Uhr
in München, Festsaal Pschorr-Keller,
Theresienhöhe**

Thema: Wie lebe ich gesund mit der heutigen Umweltbelastung?

Veranstalter: VITALIA – Freunde natürlichen Lebens e. V., München