

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 43 (1986)  
**Heft:** 12

**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:** 24.12.2025

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



## Erfahrungen aus unserem Leserkreis

### Grippe mit verschiedenen Zusatzbeschwerden

Eine Lehrerin erzählt uns von einem grossartigen Erfolg bei Grippe:

«Mitte Februar bekam ich die Grippe. Neben hohem Fieber äusserte sie sich in einer schmerzhaften Muskelentzündung und einem Herpes am rechten unteren Augenlid. Die ersten Tage trank ich Ringelblumentee mit Echinaforce und Nephro-solid, ab und zu wenig Molkosan mit Valserwasser. Den Herpes bekämpfte ich mit Symphosan und Echinaceacreme. Der Erfolg war so gross, dass der Hausarzt nur so staunte. Schon nach 10 Tagen war der Herpes völlig verschwunden. Die Schmerzen der Muskelentzündung konnte ich mit warmen Thymianbädern und einreiben von Johannisöl lindern. Nach dem Abklingen des Fiebers nahm ich noch Multivitamin-Tabletten (Bioforce). Trotz einem starken Schnupfen, der sich während der Grippe noch einstellte, war ich nach zehn Tagen wieder in der Schulstube tätig. Ausser ab und zu noch dumpfen Schmerzen in den Muskeln fühlte ich mich ausgezeichnet. Ich bin so dankbar, dass uns so wunderbare Heilmittel zur Verfügung stehen».

E. H. aus J.

Es ist nett, wenn Hausärzte von solchen Erfolgen Kenntnis nehmen. Leider verheimlichen viele Patienten ihre Erfolge mit Naturmitteln vor ihrem Hausarzt – und das ist im Grunde genommen falsch. Es gibt heute verschiedene Ärzte, die für naturgemässe Behandlung Sinn und Verständnis haben. Aber wenn man sie im Unklaren lässt, dann können sie auch nichts lernen. Ein geschickter Hausarzt, dem das Wohl der Patienten ehrlich am Herzen liegt, wird aus einem solch guten Erfolg den Schluss ziehen, dass er in einem ähnlichen Falle genau die gleichen Mittel empfiehlt oder verschreibt. Heute müssen wir wirklich ehrlich zugeben «recht hat, wer heilt». Viele Schulmediziner sind dankbar, wenn sie orientiert werden über die Heilwirkung von Pflanzenmitteln. Nur so kann man sie

nach und nach veranlassen, dass sie von der reinen Chemotherapie, die durch ihre oft riskanten Nebenwirkungen gefährlich sein kann, abweichen und der alternativen Möglichkeit, der Pflanzenheilkunde, vermehrtes Verständnis entgegenbringen.

### Orangenschalentee

Aus Tübingen schreibt uns eine Dame wie folgt:

«Vor zwanzig Jahren war ich dauernd von Magen- und Darmbeschwerden geplagt. Fastenkuren und Ernährungsumstellungen brachten eine gewisse Besserung, so dass ich ohne nennenswerte Medikamente, vor allem ohne Abführmittel, auskommen konnte. Jedoch ist die Verdauung immer noch verzögert, und ich habe nun zufällig entdeckt, dass mir drei bis fünf getrocknete Orangenschalen-Stückchen, unbehandelt, die ich auf meinem Kachelofen langsam einschrumpfen lasse, als Tee nach dem Essen ausserordentlich gut bekommen. Der Magen macht sich viel freudiger an die Arbeit. Auf die Dauer haben verschiedene Medikamente nicht diese Wirkung gehabt. Frische Orangenschalen wirken lange nicht so günstig wie der Tee aus den getrockneten. Vielleicht können Sie diese Beobachtung verwerten und anderen Geplagten weitergeben.»

Auf eine Rückfrage unsererseits teilt uns die Patientin am 25. April 1986 noch mit, dass sie also nicht einen Tee daraus bereitet, sondern dass sie zwei bis zehn Stückchen auf die Zunge nimmt und im Mund mit Speichel gut auflöst, und diese, nachdem sie dann weich geworden sind, zerkaut und schluckt. Die Patientin erwähnt auch, dass sie zu wenig Magensäure hätte, es ist also nicht ausgeschlossen, dass durch diese Methode auch die Sekretion der Magenschleimhäute angeregt wird. Ihr Mann, der keine Beschwerden hatte, sagt, dass er hie und da ebenfalls ein paar Stückchen Orangenschalen aussaugt und dass ihm dies gut bekomme. Eine Bekannte von ihr litt unter den gleichen Störungen, und auch sie hat



mit dieser einfachen Methode einen Erfolg erzielt und den ganzen Tag – wie sie sich ausdrückte – einen guten Magen gehabt. Ich habe dann der Patientin geschrieben, dass es sehr wichtig ist, hier ungespritzte Orangenschalen zu verwenden. Ich erhielt von ihr eine Verpackungs-Etikette, und es handelt sich um Bio-Orangen. Bei gespritzten Orangen – wie auch bei gespritzten Zitronen – dürfte man die Schale nicht mehr verwenden.

Solche Berichte veröffentlichen wir immer gerne, weil sie doch manchem dienlich sein können.

### **Echinacea**

Immer wieder kommt der schmalblättrige Sonnenhut, er wird auch Kegelblume genannt, bei unseren Lesern ins Gespräch.

Langjährige Erfahrungen haben bestätigt, dass Echinacea innerlich eingenommen, eindeutig resistenzsteigernd wirkt, das heisst, die Widerstandskraft und somit die Abwehr bei Erkältungen und fieberhaften Infekten aller Art stärkt und das Lymphgefässsystem stimulierend beeinflusst.

Man muss natürlich nicht warten, bis eine Erkältung oder Grippe eintritt und dann mit der Einnahme beginnen. «Der Kluge beugt vor» und somit kann durch vorbeugende Anwendung von Echinacea im Herbst und den ganzen Winter hindurch so manche fiebrige Erkrankung abgewendet werden oder zumindest milder verlaufen.

Eine gute Erfahrung machte Frau E. B. aus B., die uns schrieb:

«Im Frühling dieses Jahres habe ich Sie bezüglich Probleme mit den Mandeln und einer Drüse um Rat gefragt. Auf Ihre Empfehlung nimmt unsere Tochter regelmässig Calcium jod. D<sub>4</sub>, wenn eine Erkältung droht Echinaforce und jetzt dann speziell im Hinblick auf die kältere Jahreszeit, werde ich Gabi Vitaforce verabreichen. Wie mir der Arzt kürzlich bestätigte, haben sich die Mandeln stark zurückgebildet und sind voll funktionsfähig. Einzig der Hals ist noch ein wenig gerötet und auch die Drüse ist noch spürbar. Wir hoffen, dass auch das noch überwunden werden kann. Ganz herzlichen Dank für Ihre Mithilfe.»

Da es sich um ein lymphatisches Kind handelt, sollte neben Echinaforce noch ein biologisches Kalkpräparat gegeben werden, denn Kinder brauchen zu ihrer Entwicklung und zum Aufbau diesen wichtigen Mineralstoff. Andererseits wäre die Mühe vergeblich, wenn Kinder Süssigkeiten, Limonade und Weissbrot bekommen. Vorsorgliche Eltern geben ihren Kindern Vollkornprodukte und zum Süssen verwenden sie Honig oder die längst vergessene Zuckermelasse, denn diese enthält viele Mineralstoffe, vor allem Kalium, Phosphate, Magnesium und auch Eisen. Vor einigen Jahren galt der Rübensirup als der Brotaufstrich armer Kinder. Dafür hatten gerade sie gesunde Zähne und einen starken Knochenbau.

### *Echinacea in Tablettenform*

Da Frischpflanzenauszüge Alkohol enthalten – sonst könnte man die Wirkstoffe der Heilpflanzen nicht lösen und *haltbar* machen – entwickelten wir für Sie als Alternative Echinacea in Tablettenform, ohne alkoholischen Zusatz.

Für Kleinkinder und Jugendliche ist dies eine ideale Möglichkeit, Echinacea über längere Zeit ohne irgendwelche Bedenken einzunehmen. Man kann diese Tabletten wie Bonbons lutschen und bei Kleinkindern können sie zerdrückt und mit etwas Flüssigkeit oder unter die Nahrung gemischt, gegeben werden.

Personen, die ein absolutes Alkoholverbot einzuhalten haben, werden diese Darreichungsform von Echinacea begrüßen.

Drei weitere Briefe bestätigen uns die zuverlässige Wirkung von Echinacea.

Frau M. H. aus D. schreibt uns:

«Die Echinacea-Tropfen sind für mich übrigens ein «Allerheilmittel». Ich nehme täglich zwanzig Tropfen ein und habe deshalb sicherlich mit Grippe wenig oder gar nichts zu tun.

Ich danke Ihnen nochmals für alle Ihre guten Hinweise und Ausführungen in den «GN» und kann auch Symphosan bei Rheuma bestens empfehlen.»

Frau G. R. aus D. erwähnt ganz kurz:

«Übrigens das Echinaforce ist ein absolutes



Wundermittel und wird auch in meinem Bekanntenkreis sofort eingenommen bei Erkältungsanzeichen.»

Auch der nächste Brief ist ein Beweis für die Wirksamkeit dieses Mittels bei Grippe.

Frau H. B. aus A. berichtet uns folgendes: «Als langjährige Leserin Ihrer «Gesundheits-Nachrichten» möchte ich mich heute an Sie wenden. Doch bevor ich mein Problem unterbreite, möchte ich Ihnen meinen Dank für all die guten Mittel aussprechen. Seit ich Echinacea nehme, habe ich keine Grippe mehr bekommen. Und auch Ihre

Schlaf tropfen nehme ich gerne. Doch ganz besonders wertvoll sind für mich Ihre Soja-gerichte. Diese sind schnell zubereitet und schmecken wirklich gut. Auch mein Mann isst sie sehr gerne. Besonders die Bratbällchen sind eine gute Beilage zu Gemüse, da kann man Wurst oder Fleisch vergessen.»

Diese wunderbare Heilpflanze sollte zum Bestandteil Ihrer Hausapotheke werden und der ganzen Familie ein zuverlässiger Helfer sein. Sogar auf Reisen, in den Ferien, können Sie Echinaforce mitnehmen, denn Tabletten lassen sich im Gepäck bequem unterbringen.

## Alphabetisches Sachregister des Jahrganges 1986

Siehe auch die Inhaltsverzeichnisse zu Beginn jeder Ausgabe

Bezeichnung	Seite		
		- Durchblutung der Augen	167
		- Ginkgo biloba verbessert Augenlicht	174
		- Vinca minor ebenso	175
Abhärtung des Körpers	111	Augenzucken	107
Abszesse	58, 180	Bakterien	2
Abwehrkräfte stärken	170	Bandwurm	59
Abwehrmechanismus		Basenmangel	100
- mobilisieren	3	Bauchspeicheldrüse	26
- stärken	55, 67	- Molke unterstützt	34
- überfordert	87	Beinbeschwerden	175
- Abwehrreaktion des Blutes	180	Bettläsungen	32
AIDS	4, 24, 180	Bewegungsschmerzen	
Algenkalk	73	- bei Knochenbruch	13
Alterserscheinungen am Gefäßsystem	175	Blasenentzündung	14
Altersleukämie	157	- -erkrankung	96
Allergie		- -schwäche	103, 186
- auf Blütenstaub	47	Blinddarmentzündung	180
- allergische Reaktionen häufen sich	75	Blutarmut	125
- Allergie-Asthma	79	- bei Kindern	54
Amalgam-Plomben	123	Blutdruck	
Amalgam-Vergiftungen	147, 182	- niedriger	13, 144
Amazonas-Indianer	133	- erhöhter	24, 58, 133
Angina	143	- gesenkt durch Olivenblätterttee	132
Antibiotika		- bei erhöhtem Grundursachen bekämpfen	133
- Nebenwirkungen	14, 46	Blutgefäße	71
Angustzustände	23, 172	Blutverdünnung	172
Apfel		- Kerbel	173
- enthält Phosphorverbindungen	26	- Ysop	173
Aphthen	142	Blütenpollen	144, 163
Appetitmangel		Bronchitis	48, 111
- bei Kindern	54	Bronchialkatarrh	152
Arteriosklerose	184	Brustwarzenrisse	174
Arthritis	159	Buchweizen	90
Arthrose	158	Butter	35
Ascorbinsäure	85		
Auge	166		