

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 44 (1987)  
**Heft:** 4

**Rubrik:** Aus unserem 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:** 04.02.2026

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



von Tomaten ist, dann sollte man sie vollreif geniessen, wenn immer möglich an der Staude gereift. Bei den Paprikas muss man sich eben auf die roten, vollreifen Früchte beschränken. In meinem Buch «Der kleine Doktor» habe ich genau erklärt, was bei Nierensteinen zu beachten ist und welche Nahrungsmittel günstig sind und welche genommen werden können, um Nierensteine unter Umständen aufzulösen.

### **Eine Alternative zur Operation**

In der Phytotherapie ist das Hauptmittel gegen Steine die Färberwurz oder *Rubia tinctorum* genannt. Die Tinktur aus dieser Wurzel löst, wenn man sie längere Zeit regelmässig einnimmt, die Nierensteine, allerdings sollte man dabei die säureüberschüssige Ernährung meiden. Heute werden Nierensteine übrigens nicht mehr operiert. Seitdem man mit Laserstrahlen Nierensteine zertrümmern kann, ist die Beseitigung sowohl für den Arzt, aber vor allem für den Patienten eine einfachere Angelegenheit.

Frau Dr. V. Carstens schreibt zum Beispiel in der Zeitung «Natur und Medizin» wörtlich: «Heute hat sich die Situation in der

Nierensteinbeseitigung vollständig geändert. Jedesmal greife ich mit einem Gefühl der Erleichterung und Dankbarkeit zum Überweisungsblock, wenn ich darauf zum Beispiel vermerken kann: Sonographie linke Niere zum Ausschluss von Hydronephrose wegen Nephrolithiasis. Die Belastung des Patienten ist gleich Null und das Ergebnis zuverlässig.»

### **Säureüberschüssige Ernährung meiden**

Für den Laien besagt das eben, dass man mit dieser Strahlentherapie bei einer Stauung der Niere durch einen Nierenstein eingreifen kann, ohne dass der Patient dabei irgendwie etwas spürt oder belastet wird. Man soll sich natürlich heute nicht nur auf diese elegante und leichte Art der Nierensteinbeseitigung verlassen, sondern darauf bedacht sein, eine gesunde Ernährung einzuhalten. Nicht nur die Bildung von Nierensteinen wird durch eine säureüberschüssige Ernährung gefördert, sondern der ganze Organismus, auch die Leber, die Lymphe, der ganze Kreislauf wird in Mitleidenschaft gezogen. Die Krankheitsanfälligkeit hängt stark von einer natürlichen Ernährung ab.

## **Aus unserem Leserkreis**

### **Auch gute Ärzte können sich irren**

Am 1. Dezember 1986 erhielt ich von einer Leserin der «Gesundheits-Nachrichten» einen netten Brief. Die Schreiberin lag im Jahre 1929 als Patientin in einer Privatklinik und litt an einer schweren Spondylitis. Sie erzählte mir, dass sie dort während sieben Monaten behandelt wurde. Damals musste sie schon monatlich 700 Franken dafür auslegen. Lange Zeit war sie sogar gezwungen, auf dem Bauch zu liegen. Als man ihr eine Operation empfahl, lehnte sie ab. Auch von einer eigentlichen Heilnahrung, wie sie speziell in solchen Fällen notwendig ist, war keine Rede. Als sie die Operation ablehnte, hat Professor Rollier sie kurz und bündig aus der Klinik hinauskomplimentiert.

Ein paar Jahre später, als ich mein Buch «Die Nahrung als Heilfaktor» (vergriffen)

abgeschlossen hatte, nahm ich persönlich mit Professor Rollier Kontakt auf und erklärte ihm, dass diese Heilnahrung, wie ich sie geschildert habe, auch das beste für Kliniken und Spitäler wäre. In dieser Hinsicht wird noch viel zu wenig getan. Durch das Studium meines Buches sah er ein, dass die Ernährung eine grössere Rolle spielt, als man allgemein in Ärztekreisen, wenigstens damals, annahm.

### *Den Heilkräften der Natur vertrauen*

Aus dem nachfolgenden Schreiben geht hervor, dass auch sehr gute und berühmte Ärzte oft falsche Schlüsse ziehen und der eigenen Regenerationskraft der Natur, mit einer richtigen Ernährung und pflanzlichen Mitteln, viel zu wenig Beachtung schenken. Sie stellen eine Prognose, die einen Pati-



enten, wenn er nicht seelisch stark genug ist, völlig aus dem Gleichgewicht zu werfen vermag. Ein Satz, wie er dieser Patientin entgegengeschleudert wurde: «Sie werden nie mehr gesund, sie werden vollständig lahm werden!» sollte einem behandelnden Arzt nie über die Lippen kommen, denn er ist auch nur ein Mensch und kein Gott. Die Praxis zeigt immer wieder, dass sehr schwere Fälle, bei denen man wirklich zweifelt, ob der Patient jemals gesund wird, wieder in Ordnung kommen. Die Natur kann oft, besonders wenn gewisse Reserven und eine positive Einstellung des Patienten vorhanden sind, Wunder wirken, die im Grunde genommen ja keine Wunder sind, sondern nur zeigen, was die Natur alles bewirken kann, wenn man ihr die richtigen Voraussetzungen verschafft.

Ich möchte nun den Brief so wiedergeben, wie ich ihn von der Patientin P. M. aus W. erhalten habe:

«Ganz herzlichen Dank für das überaus reizende Geschenk. Sie machten mir damit eine riesige Freude (Gedichtbändchen).

Ich benütze diese Gelegenheit, Ihnen ein ganz grosses und aufrichtiges ‚Vergelt's Gott‘ zu sagen für alles, was Sie an der Menschheit Gutes tun.

Bei uns ist auf dem Tisch, in der Küche, in der ‚Apotheke‘ nur ‚Vogel‘ Trumpf. Wir empfehlen es auch immer aus eigener guter Erfahrung. Ich bin 84 und 1930 hat der grosse Dr. Rollier in Leysin mir erklärt: ‚Sie werden nie mehr gesund, sie werden vollständig lahm werden!‘

Ich stecke immer noch in der Arbeit – wie noch nie in meinem Leben – denn unsere Köchin, die 35 Jahre bei uns war, ist im Altersheim und wir haben noch keinen Ersatz – ich bin der ‚Ersatz‘, das sagt Ihnen genug. Mit Gottes Hilfe, Ihren Anleitungen und Medikamenten halte ich mich immer über Wasser.

Gebe Gott, dass Sie noch viel leisten können für die kranke Menschheit, ein grosser Lohn wird Ihnen beschieden sein in der Ewigkeit und zwar ein reich verdienter!

Ihnen, sehr geehrter Herr Doktor, Ihrem Fräulein Tochter und Ihrem ganzen Arbeitsstab wünsche ich reichen Segen und in

jeder Form persönliches Wohlergehen wie auch Erfolg in der Arbeit.

Verzeihen Sie, ich wollte doch gar keinen langen Brief schreiben – aber da wo das Herz voll ist, geht der Mund über – hier die Finger!»

### **Es lohnt sich, naturgemäss zu leben**

Im Jahre 1925 unternahm ich mit meinem Freund Emil eine Reise nach Helgoland. Wir hatten damals etwas Sturm und deshalb viele Seekranke auf dem Schiff. Wir selbst, die wir vorwiegend von Rohkost lebten und Fette völlig mieden, vor allem auch keine fettgebackenen Speisen verzehrten, waren fast die einzigen Passagiere, denen der Sturm nichts anhaben konnte. Sogar einige Matrosen waren seekrank, weil das Schiff infolge eines Konstruktionsfehlers eine seltsame Schaukelbewegung ausführte. Wir hatten also genügend Gelegenheit, uns über die Vorzüge einer natürlichen Ernährung und pflanzlicher Heilmittel zu unterhalten.

Nach sechzig Jahren erhalte ich nun von Emil nachfolgenden Brief. In der Zwischenzeit haben wir uns nur einige Male kurz gesehen. Ich möchte seine interessanten Zeilen den Lesern der «Gesundheits-Nachrichten» nicht vorenthalten. Auch sein Bruder Fritz, der seinerzeit Stadtgeometer war, hielt sich an diese Naturregel und wird im Februar neunzig Jahre alt. Es ist erfreulich, von alten Freunden solche Berichte zu erhalten. Es zeigt, dass die Natur wirklich dankbar ist, wenn man sich an ihre Grundsätze hält. Emil schreibt mir also:

«Hab herzlichen Dank für Deine gediegene Sammlung auserlesener Gedichte Deiner verstorbenen, allgemein geschätzten Lebensgefährtin.

Mit netten Worten hast Du im Vorwort des Buches Euer arbeitsreiches und harmonisches Zusammenleben dargestellt. Die grosse Naturverbundenheit, das tiefe Empfinden, die Achtung vor dem Schöpfer kommen in den schönen Versen in grossartiger Weise zum Ausdruck, sie sind alle positiv, erhebend und beglückend. Welch eine Fülle von herrlichen Ideen, welche eine positive, lebensnahe Philosophie sprechen



aus der «Fülle des Lebens»! Auch die Aufmachung des Buches mit den wirklich schönen Aquarellen von Hanna Wörter verdienen besondere Beachtung. Das Foto von Deiner Gattin und Dir aus früheren Jahren hat mich ganz besonders gefreut, sind es doch zwei mir sympathische Gesichter, die ich schon vor vielen Jahren kennenlernen durfte.

Meinen Bruder Fritz sehe ich heute abend und werde ihm das mir dargereichte Geschenk gerne zeigen. Es wird ihn sicherlich sehr freuen. Im Februar 1987 wird Fritz neunzig Jahre alt. Die Beine gehen nur noch bedächtig, die Augen nehmen langsam ab, aber sein Kopf und das Allgemeinbefinden sind noch relativ gut. Kein Wunder, wenn man weiss, dass er Symphosan einreibt, Vogels Augensalbe erfolgreich anwendet und Deine guten Ratschläge in den monatlichen Mitteilungen treu befolgt.

Ich selbst bin seit über dreissig Jahren ausschliesslich Bambutrinker, behandle nach einer Wanderung, die ich jede Woche mit einer Wandergruppe durchführe, die Beinmuskeln mit Symphosan, esse viel Salat und halte Körper und Geist in Bewegung. Jetzt versuche ich mit dem Wundermittel Ginkgo biloba eine Gürtelrose, die ich im Frühjahr erwischt habe, zum Abklingen zu bringen.

Ich gehöre ja mit 81 Jahren auch schon zu den älteren Semestern!»

### **Vielseitige Erfolge mit Echinacea**

#### *Entzündungen*

Eine Leserin der «Gesundheits-Nachrichten» aus Ursenbach schreibt uns wie folgt: «Sicher habe ich mit dem Gedichtbändchen viele schöne Stunden.

Gleichzeitig möchte ich Ihnen mitteilen, welch wunderbare Hilfe ich mit Echinaforce hatte. Mein offenes Bein schmerzte fürchterlich und war entzündet. In der Nacht fand ich keine Ruhe. Da fragte ich den Arzt, ob es nicht etwas gegen die Entzündung gebe. Er sagte, es gebe nichts.

Auf dem Heimweg ging ich in die Apotheke und kaufte Echinaforce, und siehe da, nach zwei bis drei Tagen konnte ich in der Nacht

wieder schlafen. Die Wunden sind noch offen, aber sie schmerzen auch tagsüber nicht mehr.»

In einem solchen Fall möchte ich ergänzend beifügen, dass man die Schmerzen auch mit Petadolor dämpfen kann. Und wenn die Wunden noch offen sind, sollte man Umschläge auflegen mit Molkosan, abwechselungsweise mit Johannisöl betupfen, ein- bis zweimal pro Woche, oder mit Johannisölgetränkte Watte auflegen. Diese wird mit einer elastischen Binde befestigt. Innerlich könnte man Aesculus hippocastanum und Hamamelis verwenden. Schade, dass die Ärzte in solchen Fällen nicht mit Naturmitteln Versuche machen. Dem Patienten wäre wohler und der Arzt würde dabei etwas lernen.

#### *Erkältungen*

Ein weiteres Zeugnis erreicht uns von H. H. aus Pfäffikon und bestätigt uns noch folgendes:

«Mit grossem Interesse lese ich auch immer Ihre ‚Gesundheits-Nachrichten‘. Ich wende auch einige Ihrer Mittel an, zum Beispiel die Echinaforce-Tropfen nehme ich morgens und abends und habe seither keine stärkeren Erkältungen mehr. Bei Schmerzen reibe ich Symphosan ein. Es hat mir schon oft geholfen.»

Symphosan ist vor allem wirksam, wenn die Schmerzen von rheumatischen Erscheinungen herrühren.

#### *Bronchitis*

Eine Dame aus Augsburg schreibt uns am 12. Januar 1987:

«Ich möchte Ihnen hiermit für den herrlichen Gedichtband, den Sie mir sandten, meinen herzlichsten Dank aussprechen. Es hat mich sehr ergriffen, dass fast in jedem Gedicht unser grosser Schöpfer Jehova verherrlicht wird.

Ich lese Ihre ‚Gesundheits-Nachrichten‘ schon 14 Jahre und besitze auch den ‚Kleinen Doktor‘ und das ‚Leberbuch‘ und helfe mir mit Ihren Naturheilmitteln, die ich in meiner Apotheke bestelle, immer selbst.

Ich hatte während zweier Jahre eine sehr schmerzhaft Bronchitis und musste auf



der Strasse immer stehen bleiben. Seit ich Echinacea und Imperatoria abwechselnd nehme, sind die Schmerzen weg, und ich kann wieder frei durchatmen. Ich hatte auch immer einen sehr hohen Blutdruck, 200, und seit ich Misteltropfen nehme, kann ich ihn auf normaler Höhe halten. Ich möchte Ihnen hiermit für alle Ihre wunderbaren Heilmittel herzlich danken. Auch mein Sohn und seine Frau bedienen sich Ihrer Heilmittel.»

#### *Angina*

Patienten aus Horgen schrieben uns am 4. Dezember 1986 auch ihren Dank für das sinnreiche Gedichtbändchen:

«Um einen solchen Band zu schreiben, braucht es sehr viel Liebe zur Natur und Zusammenarbeit. Sie haben uns eine grosse Freude damit gemacht.

Wir sind schon über dreissig Jahre lang überzeugte Anhänger Ihrer geschätzten Produkte. Lachesis und Echinaforce haben uns immer wieder vor schweren Anginas gerettet. Diese hatte ich früher sehr oft gehabt.»

Ich bin immer wieder dankbar dafür, dass ich vor vielen Jahrzehnten bei den Sioux-Indianern Echinacea, diese hervorragende Pflanze, kennengelernt habe. Sie hat inzwischen Tausenden rund um die Erde wunderbare Dienste geleistet.

#### *Hilfe in vielen verschiedenen Fällen*

Frau Sch. aus St. Gallen drückt ebenfalls ihre Wertschätzung für unsere Literatur und die Naturheilmittel aus. Sie schreibt:

«Selber war ich ein Jahr lang sehr krank (mit drei kleinen Kindern), da erhielt mein Mann von seinem Chef das Buch ‚Der kleine Doktor‘, von da an gesundete ich rasch. Meine Kinder brachten ‚Gspänli‘ nach Hause und meinten, mit diesem Buch könne ich alle heilen! Mein kleiner Sohn dichtete ein Loblied auf Ihr Müesli, das heute noch jedermann empfohlen wird, und dies nach über zehn Jahren.

Ein kleines Erlebnis möchte ich Ihnen mitteilen. Vor einigen Jahren war mein Sohn bei einem Künstlerehepaar in Mexiko eingeladen. In der Nacht erkrankte ihr

kleines Kind sehr. Die Mutter war verzweifelt, weil sie feststellte, dass keine Medizin mehr vorhanden war. Auch wenn der Vater am Morgen früh die Medizin besorgt hätte, wären kostbare Stunden vergangen wegen grosser Distanz zum nächsten Laden. Meinem Sohn tat es sehr leid und plötzlich holte er seine Medizin, Echinaforce und Lachesis. Das Strahlen der Mutter sagte alles, es war auch ihre Medizin. Ein Kommentar ist da überflüssig.»

In Mexiko sind Naturmittel ziemlich bekannt. Ich habe vor vielen Jahren in Mexiko City einen Dr. Wagner kennengelernt. Er führte ein kleines Naturheilinstitut und hat auch einige interessante Veröffentlichungen gemacht. Durch diesen Arzt sind unsere Mittel in Mexiko City einigermassen bekannt geworden. Es ist schön, wenn man nach vielen Jahren auf Umwegen wieder mit solchen Erfahrungen in Berührung kommt. Echinacea gedeiht übrigens auch in Mexiko, doch werden dort leider keine Medikamente daraus bereitet. Wir müssen sie noch aus Europa hinschicken.

#### **Ein Lob dem «Kleinen Doktor»**

Manchmal wirkt eine Aufmunterung, eine Freude – einfach was einem psychisch zu heben vermag – viel besser und gründlicher, als irgend ein Heilmittel. Das bestätigt uns eine Patientin, Frau H. S. aus Dortmund:

«Ich hatte eine ziemlich schwere Operation hinter mir und lag mit Schmerzen und teilweise sehr traurig darnieder. ‚Der kleine Doktor‘ war allerdings immer in Griffweite!

Da kam Ihr Gruss in Form des Gedichtbandes Ihrer lieben Frau. Können Sie sich meine Freude vorstellen? Die wunderschönen Verse haben mir sehr wohlgetan und mich aufgerichtet. Auch die herrlichen Zeichnungen haben mir grosse Freude bereitet. Eine wahre Künstlerin war Ihre Frau.»

Ein freudiges Ereignis im Leben kann die ganze Drüsentätigkeit, die ganzen Körperfunktionen so aktivieren, dass sogar Schmerzen reduziert und ein rascherer Heilungsprozess ausgelöst werden kann.



Das zeigt uns einmal mehr wie wichtig es ist, dass man möglichst keine bedrückenden Faktoren auf sich wirken lässt, dass man einem Kranken gegenüber positiv eingestellt sein soll, um seinen seelischen Zustand zu heben. Als Heilfaktor spielt dies eine sehr grosse Rolle.

Eine 80jährige Leserin, Frau M. K. aus Schwyz, schreibt:

«Der ‚Kleine Doktor‘ ist immer griffbereit, wenn's irgendwo nicht stimmt! Alles ist so einfach und praktisch erklärt, dass man auf jede Frage und Unsicherheit Antwort erhält. Echinaforce gehört zum täglichen Medikament. In Ihre Heilmittel setze ich mein ganzes Vertrauen.»

Von Frau L. R. aus Bubendorf erfahren wir folgendes:

«Die ‚Gesundheits-Nachrichten‘ werden bei uns jedes Jahr zu einem Buch gebunden. Wir haben eine lange Reihe davon.

„Der kleine Doktor, wurde deutsch und englisch zu Sohn und Schwiegertochter nach Kanada geschickt. Oftmals wurde er verschenkt, zum Beispiel auch als Hochzeitsgeschenk. Ihr «Leber»-Buch hat mir vor vielen Jahren grosse Dienste erwiesen. Hätte ich es nur schon vorher gekannt!»

Die gute Idee, den «Kleinen Doktor» als Hochzeitsgabe zu verwenden, findet hoffentlich Nachahmung! Er ist sicherlich nützlicher, als etwas Teures, das man in einen Schrank hinein versorgt und selten oder nie mehr hervornimmt.

### **Ginkgo biloba gegen Vergesslichkeit**

Von einer Leserin der «Gesundheits-Nachrichten», Frau R. W. – sie lebt in der DDR – erhielten wir im Dezember 1986 folgenden, interessanten Bericht:

«Anlässlich des 96. Geburtstages meiner Tante habe ich eine Reisegenehmigung bekommen, sie in der Bundesrepublik zu besuchen. Ich benützte die Gelegenheit, um mitzuteilen, dass ich seit einiger Zeit angefangen habe, Ginkgo-Tee zu trinken. Ich muss sagen, er wirkt hervorragend. Die Durchblutung im Kopf ist besser. In der Nacht waren mir beide Nasenlöcher immer wie verstopft und was das Wichtigste ist,

ich vergesse nicht mehr so viel und wenn, dann schaffe ich es wirklich, mich zu erinnern, wo ich etwas hingelegt habe, was vorher unmöglich war. Auch schlief mir früher nachts immer der rechte Arm ein und ich musste mehrmals rütteln und massieren, bis dieser Zustand wieder vorüberging. Heute ist dies nicht mehr der Fall.»

Also auch in der DDR ist man glücklich über die durch die «Gesundheits-Nachrichten» verbreitete Erkenntnis betreffend Ginkgo biloba. Es ist noch zu erwähnen, dass die Tinktur – aus Frischpflanzen hergestellte Tropfen – viel intensiver wirkt und praktischer im Gebrauch ist als der Tee aus den getrockneten Blättern.

### **Allergie von Sonnenstrahlen**

Eine Leserin, Frau G. N. aus Deutschland, schrieb uns am 28. Dezember 1986:

«Vielleicht kann ich auch einen kleinen Beitrag für den Leserkreis leisten. Wir verbringen unsere Ferien meistens im Süden, Spanien, Griechenland usw. Jedesmal erfasste mich eine starke Sonnenallergie, welche ich dann mit Salben usw. lindern musste. Im letzten Urlaub auf Kreta habe ich jeweils abends nach dem Sonnenbad Echinaforce auf die Allergiestellen gestrichen. Sofort hörte der Juckreiz auf und nach drei Tagen war die Allergie weg und ich konnte die Ferien ohne Probleme geniessen.»

Es war uns bis jetzt nicht bekannt, dass Echinaforce eine solche Allergie mit starkem Juckreiz so schnell zu beruhigen vermag. Es wäre aber empfehlenswert, wenn man nach der Anwendung von Echinaforce-Tinktur auch noch Echinacea-Salbe leicht einreiben würde, um der Haut den Fettschutz wieder zurückzugeben.

Es gibt verschiedene Allergieformen: Rötungen, Entzündungen, Beissen. Das Beissen kann man normalerweise auch mit Molkenkonzentrat (Molkosan) beeinflussen.

Wenn man allergisch ist auf direkte Sonnenbestrahlung, sollte man die indirekte Bestrahlung vorziehen und ausnützen.