

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 44 (1987)
Heft: 7

Rubrik: 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: 22.01.2026

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

dann noch ein Mangel an Sauerstoff hinzu, dann erhöht sich die Gefahr einer Apoplexie (Gehirnschlag) oder eines Herzinfarktes erheblich. Auch auf eine Störung des seelischen Gleichgewichts kann das Kreislaufsystem des Hypertonikers sehr empfindlich reagieren. Große Sorgen, Angst, aber auch ein plötzliches freudiges Ereignis kann zu einer Katastrophe führen. In vielen Fällen kann sogar sportliche Ertüchtigung ohne vorhergehendes, langsam gesteigertes Training unerwünschte Folgen haben. Es ist schon oft vorgekommen, dass bei Sportveranstaltungen Hypertoniker, die sich zuviel zumuteten, plötzlich tot umgefallen sind.

Verhütende Massnahmen

Wir müssen immer wieder darauf aufmerksam machen, dass mit der Einnahme von blutdrucksenkenden Mitteln, besonders, wenn es sich um chemische Präparate handelt, das Problem nicht gelöst ist. Die Gefahrenmomente sind auf diese Weise nicht gebannt. Im naturheilerischen Sinne gibt es keinen anderen Weg, als erstens einmal den zu grossen Eiweissverbrauch einzuschränken, das heißt die Eiweissnahrung vielleicht auf unter die Hälfte, manchmal sogar auf einen Drittel zu reduzieren, unter Einhaltung des Eiweissoptimums von maximal 0,5 Gramm Eiweiss pro Kilo Körpergewicht. Zweitens wäre es angebracht, ein auffälliges Übergewicht zu reduzieren, wobei außer der Senkung der eiweishaltigen Kost auch das Gesamtquantum an Nahrungsmitteln herabgesetzt werden sollte. Das kann in der Regel erreicht

werden, indem man sich angewöhnt, gut zu kauen und einzuspeicheln. Eine richtige Einspeichelung bewirkt ein Sättigungsgefühl, und das Nahrungsquantum verringert sich automatisch. Es ist interessant, dass sogar die wissenschaftliche Subkommission für Volksernährung – Lebensmittelgesetzgebung und Kontrolle – in ihrer Veröffentlichung «Zweiter schweizerischer Ernährungsbericht 1984» aufzeigt, dass wir uns nicht richtig ernähren. Es wird belegt: die Schweizer essen zuviel, die Schweizer essen das Falsche! Darüberhinaus nehmen sie zuwenig Ballaststoffe zu sich und verzehren nicht genügend faserhaltige Nahrungsmittel, die beispielsweise in der Kleie aller Getreidearten vorliegen. Mit Weissmehlprodukten und Weissbrot nimmt man viel zuwenig Nahrungsfasern ein. Hypertoniker können sich also nur dann den Gefahren ihres unnatürlichen Zustandes entziehen, wenn sie ihre Einstellung zur Ernährung sowohl quantitativ als auch qualitativ gründlich revidieren. Hat man einmal umgestellt und eine neue Ernährungsweise eingeführt, wird man das grosse Wunder erleben, dass der Körper selbst regenerativ mitwirkt und den Hypertoniker aus der Gefahr, in der er immer schwebt, herausführt. Um eine solche Umstellung zu erwirken, kann uns das gründliche Studium des Buches «Der kleine Doktor» eine grosse Hilfe sein. Zehntausenden von Menschen hat dieses Buch bereits als Leitfaden zur Erreichung dieses Ziels gute Dienste erwiesen. Es wird auch Ihnen hilfreich sein, wenn Sie sich durch seine erprobten Ratschläge führen und leiten lassen.

Aus unserem Leserkreis

Zum Artikel

«Heilungsaussichten für AIDS-Kranke»

Nach Erscheinen der Nummer 2 der «Gesundheits-Nachrichten» vom Februar 1987 erreichte uns ein Brief von Frau C. C. aus Berlin. Ihre Fragen sind bestimmt von grosser Bedeutung und von verbreitetem Interesse. Daher führen wir nachstehend

diese Zeilen an und drucken unsere Antwort darauf ab:

«Mit grossem Interesse habe ich Ihren Artikel „Heilungsaussichten für AIDS-Kranke“ vom Februar 1987 gelesen und kann Ihnen in vielem zustimmen.

Ich betreue seit über einem halben Jahr HTV-infizierte und ein an AIDS erkranktes

Kind, und weiss, dass die Ernährung dieser abwehrgeschwächten Kinder für deren Wohlergehen eine sehr grosse Rolle spielt. Daher würde ich Sie gerne bei einigen Fragen zu Rate ziehen, auch um eventuelle Ernährungsfehler auszuschalten.

Ist ein Ernährungsplan speziell für abwehrgeschwächte Kinder aufzustellen?

Sie sprechen von basenüberschüssiger Ernährung als erste Voraussetzung zur Stabilisierung der körpereigenen Abwehr. Gibt es weitere Voraussetzungen in bezug auf die Ernährung? Zur Stärkung des Immunsystems durch Echinacea purpurea muss ich wissen, wieviele Tropfen dieser Heilpflanze ich den Kindern verschiedenen Alters geben kann, ob ich den Alkoholauszug in der Flasche mit Milch (Stutenmilch), Tee oder Saft vermischen kann, um die beste Wirkung zu erzielen. Weiterhin brauche ich Informationen über das Zusammen- beziehungsweise Gegeneinanderwirken verschiedener Rohkost. Mir ist eine Theorie bekannt, die besagt, dass Obst und Gemüse nicht zur selben Zeit gegessen oder getrunken werden soll. Deutet Ihre Erfahrung darauf hin, dass die Kinder ausschliesslich von Rohkost ernährt werden sollten? Ein weiterer, mir wichtig erscheinender Aspekt ist die Frage nach den durch Umweltverschmutzung und aus erhöhter Radioaktivität entstehenden Giftstoffen, die in allen Nahrungsmitteln vorhanden sind.

Sollten Obst und Gemüse nur noch geschält verwendet werden, oder nur bestimmte Ost- und Gemüsesorten?

Nun habe ich Sie mit einem Teil der mich belastenden Fragen überschüttet und hoffe gerne auf Antwort.»

Unsere Antwort auf die verschiedenen Fragen fiel wie folgt aus:

«Wie Sie vielleicht wissen, sind sich die Spezialärzte noch nicht so ganz einig und klar in bezug auf die HTV-infizierten Kinder. Neuerdings ist man der Ansicht, dass es nur eine Frage der Zeit ist, bis all diese HTV-infizierten Patienten an AIDS erkranken. Wie man aus den neuesten Informationen vernimmt, kann es sogar einige Jahre gehen, bis die Krankheit ausbricht. Es wäre aber nach meiner Auffassung sicher

möglich, dass man durch die gleiche Diät und durch die Einnahme von Echinaforce unter Umständen dem Körper so beisteht, dass die Krankheit nicht ausbricht. Diesen Viren ist nie zu trauen, je besser der Patient ernährt ist, indem man ihm genügend Vitalstoffe zuführt, um so eher hat er die Möglichkeit, sich selbst zur Wehr zu setzen. Es ist sicher sinnvoll, einen Ernährungsplan speziell für abwehrgeschwächte Kinder aufzustellen. Es ist bestimmt richtig, eine sehr basenüberschüssige Ernährung, als erste Voraussetzung zur Stabilisierung der körpereigenen Abwehr, einzusetzen. Ich rate Ihnen, HTV-infizierte Kinder genauso zu ernähren und zu verarzten, wie die Kinder, bei denen die Krankheit schon zum Durchbruch gekommen ist.

Sie haben nicht angegeben, wie alt das zu betreuende AIDS-kranke Kind ist. Ist es ein Säugling oder schon ein-, zwei- oder dreijährig? Immerhin ist zu sagen, dass Echinaforce (Echinacea purpurea) keine Nebenwirkungen hat, auch keine starken Reaktionen auslöst. Man könnte also einem Säugling ohne weiteres zu jedem Schoppen etwa zwei Tropfen davon geben. Wenn das Kind älter ist, kann man bis dreimal fünf Tropfen geben, vielleicht noch mehr.

Sie erwähnen noch Stutenmilch, die man verdünnt geben könnte. Bestimmt ist Stutenmilch besser als Kuhmilch, noch besser wäre die Schafmilch von ostfriesischen Milchschafen. Nur muss man sie verdünnen, weil sie sehr fetthaltig ist. Ich glaube nicht, dass die paar Tropfen Alkohol in Echinacea-Tinktur nachteilig wirken könnten. Der Alkohol ist ja so stark verdünnt, dass eine Wirkung bei diesem Quantum an Tropfen nicht zur Geltung kommen kann. Es ist richtig, wenn Sie Gemüse- und Fruchtrohkost auseinanderhalten. Also niemals zur gleichen Mahlzeit geben. Das könnte Gärungen auslösen. Auch bei Erwachsenen ist das so und sollte berücksichtigt werden. Es gibt Leute, die haben eine ausgezeichnete Bauchspeicheldrüsen-Tätigkeit, die nicht darauf reagieren. Aber normalerweise ist man empfindlich, wenn man zur gleichen Mahlzeit Gemüse und Früchte isst, oder Gemüse- und Fruchtsaft

trinkt, beziehungsweise mischt. Man sollte Kinder nicht ausschliesslich mit Rohkost ernähren, das heisst die Grundlage sollte Rohkost sein. Es ist auch gut, wenn man eine Getreidenahrung dazunimmt, und da ist Naturreis besonders günstig. Man kann Naturreis im Mixer, nachdem er gekocht ist, ganz fein zerkleinern und als eine Art Suppe verabreichen, weil er besser assimiliert werden kann. Naturreis hat keine Gluten wie andere Getreidesorten. Gluten sind bei AIDS-Kranken weniger günstig. Wichtig ist natürlich auch, dass biologisch gezogene Gemüse und Früchte verabreicht werden. Durch Umweltverschmutzung und erhöhte Radioaktivität entstehen auch Giftstoffe, die eine vermehrte Belastung darstellen. Ich selbst baue alles nach rein biologischen Grundsätzen an. Aber sogar meine eigenen Äpfel schäle ich – obwohl sie weder gespritzt noch sonstwie behandelt wurden. So möchte ich den Giftstoffen, die aus der Luft herabkommen, zum Beispiel von Flugzeugen, Fabrikkaminen und so weiter, ausweichen. So schade es ist, muss man leider auf die feinen Phosphate der Apfelschale verzichten. Fremdländische Früchte wie Kiwi kann man gut schälen. Bei Bananen ist es ohnehin keine Frage, auch Papaya wirkt günstig, und davon isst man nur das Fruchtfleisch, ohne die Schale.

Die Natur als Lehrmeisterin

Alle, die das Glück haben, in der Natur und mit der Natur zu arbeiten, seien es nun Bauern, Gärtner oder Förster, haben die Möglichkeit, die Natur zu beobachten, von ihr zu lernen und gewisse natürliche Zusammenhänge zu erfassen. Ich habe Menschen getroffen, die in der Grossstadt aufgewachsen sind und die behaupten, man solle, um den Fleischberg abzubauen, ganz einfach keine Kälber mehr aufziehen und von den Kühen nur die Milch verwerten. Sie wussten offensichtlich nicht, dass eine Kuh nur dann Milch gibt, wenn sie zuvor ein Kalb zur Welt gebracht hat. Es denken ja nicht alle Menschen so, aber in der Stadt ist man im allgemeinen mehr über technische Dinge informiert als über natürliche Geschehnisse, so

wie sie sich auf dem Lande zutragen. In all meinen Schriften war ich stets bestrebt, Menschen zu schulen, die Notwendigkeit einer Rückkehr zur Natur einzusehen, damit sie umzudenken und begreifen lernen, dass man die Nahrung so natürlich wie möglich verwenden sollte. Wenn im Körper etwas nicht stimmt, sollte man gegen die vielen kleinen, aber auch gegen grössere gesundheitliche Veränderungen zu den Pflanzen als den natürlichen Heilmitteln greifen. Es dauert zwar etwas länger, bis sich der Erfolg einstellt, dafür aber geht man kein Risiko ein, wie dies oft bei chemischen Mitteln mit all ihren Nebenwirkungen der Fall ist. Angeregt durch den Brief von Frau L. aus S. möchte ich hier folgendes erläutern:

Erfahrung als der wichtigste Erkenntnisfaktor

Bei einer Bauersfrau ist im Vergleich zur Städterin nicht die Schulung das ausschlaggebende, sondern Erfahrungen und Beobachtungen. Wenn ich erwähnt habe, so schreiben zu wollen, dass es jede Bauersfrau versteht und auch meine Vorträge in diesem Sinne gehalten habe, so soll dies zum Ausdruck bringen, dass es keiner Hochschule, keiner Philosophie und keines hochgeistigen Denkens bedarf, sondern des Verständnisses für die einfachen Lebensvorgänge der Natur. Die Intelligenz hängt nicht in erster Linie von der Schulbildung ab. Ich habe sogar auf meinen Reisen Menschen getroffen, die sehr intelligent waren, aber weder lesen noch schreiben konnten. Sie folgten mir nichtsdestotrotz in tiefste Gedanken, wenn ich die Zusammenhänge der natürlichen Gegebenheiten erklärte. Sicherlich ist es nützlich, wenn man lesen und schreiben kann, also eine Schulbildung genossen hat. Aber daran misst sich nicht die Intelligenz. Meine Frau sagte einmal: «Die Wahrheit ist einfacher Art. Wenn man aber einen Irrtum als Wahrheit präsentieren will, dann braucht es ein Universitätsstudium». Vielleicht entspricht diese Aussage tatsächlich der Realität. Zum besseren Verständnis des Gesagten möchte ich den Brief von Frau L. anführen: «Lieber Herr Vogel! Endlich möchte ich

Ihnen danken. Seit zehn Jahren gehöre ich zu Ihren Fans! Hoffnungslos, mit chronisch vereiterten Stirnhöhlen, dazu oder deswegen depressiv, hörte ich Ihren Vortrag in Grenchen. Es tönte alles so einfach. Eigentlich weiss man das alles, aber danach leben? Wie dumm bin ich mir vorgekommen. Wie undankbar gegenüber der Schöpfung. Doch das Umdenken hat stattgefunden. Viele Ratschläge aus dem „Kleinen Doktor“ habe ich weitergegeben, oft auch ein Buch verschenkt. Haben Sie Dank für Ihre Arbeit, so wie ich empfinden viele.

Nun habe ich gerade Ihren Bericht, das heisst natürlich den Bericht Ihres Interview-Partners gelesen. Darin steht, Ihre Bücher seien so geschrieben, das sie jede Bauersfrau versteht. Also hier im Seeland sind die Bauersfrauen mindestens so intelligent wie die Arztfrauen. Meistens sind es Lehrerinnen. Auf jeden Fall wissen sie mehr als der Durchschnitt aller Frauen. Mit freundlichen Grüßen. L.A.»

Wenn es dort, wo Frau L. zuhause ist, viele Bauersfrauen gibt, die junge Mädchen ausbilden, die also gewissermassen Jugendliche im Landdienst aufnehmen und sie schulen, so ist das sehr lobenswert. Und wenn Frau L. erkannt hat, dass ein Umdenken notwendig ist, dann hat sie wie auch ihre Kolleginnen die Möglichkeit, Menschen zum Nachdenken zu veranlassen, das heisst, über den modernen Zeitgeist mit all seinen Folgeerscheinungen nachzusinnen und sich zur Verbundenheit mit der Natur, zur natürlichen Lebensweise, naturgemässer Ernährung und zum biologischen Landbau zu bekennen. Es geht im eigentlichen Sinne um eine Rückkehr zum einfachen, gesunden Leben. Frau L. sollte verstehen, dass dies einer Frau aus der Grossstadt nicht ohne weiteres möglich ist. Auch sie kann umdenken lernen, aber es ist ihr nicht möglich, all das zu verwirklichen, was einer Frau auf dem Lande durch ihre Naturverbundenheit eher gelingt. Darum habe ich so geschrieben, dass es jede Bauersfrau verstehen kann, denn für dieses Umdenken benötigt man keine Hochschulbildung, sondern ein Verständnis für die natürlichen Gegebenheiten der Natur.

Molkosan zur äusserlichen Anwendung bei Hämorrhoiden

Eine interessante Mitteilung über Hämorrhoiden erhielten wir von Frau F. T. aus P. Dieses lästige Leiden, vor allem der Juckreiz, konnte mit Milchsäure, die ja in Molkosan enthalten ist, gelindert werden. Einen Auszug aus ihrem Brief wollen wir unseren Lesern bekanntgeben. Frau T. schreibt uns: «Ich verwende schon etliche Jahre unter anderem Erzeugnisse aus Molkosan in meinem Haushalt, hauptsächlich hat es mir den Essig aus der Küche verdrängt.

Vielleicht interessiert Sie aber folgende sehr positive Erfahrung, die ich aus Ratlosigkeit heraus ausprobiert habe.

Während zweier Schwangerschaften vor 21 und 24 Jahren bekam ich Hämorrhoiden, die mir jahrelang keine Beschwerden bereiteten. Vor zirka drei bis vier Jahren meldeten sie sich allmählich durch Jucken, das sich so innerhalb eines Jahres sehr unangenehm steigerte. Vom Hausarzt bekam ich dann Salbe verordnet. Eine Besserung trat aber nicht ein. Selbst Kamillen- und Eichenrindenbäder brachten mir vielleicht nur für einen Tag Linderung. Eines Tages versuchte ich es in meiner Not einfach einmal anstelle von Salbe mit Molkosan, das so viele gute Seiten hat. Dies war im Mai 1986. Nach etwa vier Wochen war ich nahezu beschwerdefrei. Wenn sich manchmal noch im Sommer etwas Jucken melden wollte, tränkte ich wieder einen Wattebausch mit Molkosan und wischte die betroffene Partie damit ab. Aber das war vielleicht noch vier bis fünf Mal, etwa bis August 1986. Ich führe diesen Erfolg auf Molkosan zurück. Im August 1986 war ich wieder zum Test bei meinem Frauenarzt und habe es ihm gesagt, mit der Absicht, er möge meine Erfahrungen an andere Patientinnen mit solchen Beschwerden weitergeben. Er sagte dann, es könne sein, dass mir dieses Mittel Abhilfe gebracht habe, mehr kam aber nicht.»

Da Hämorrhoiden nichts anderes als ausgedehnte Venen am After sind, also Krampfadern, sollte man diese mit einigen natürlichen Mitteln günstig beeinflussen, beispielsweise mit einem Mittel aus Rosskastanien (*Aesculus hippocastanum*).

Zur Stärkung der Elastizität des Gewebes nimmt man zusätzlich das homöopathische Mittel Calcium fluor. D₆.

Nach jeder Stuhlentleerung werden kalte Waschungen des Afters durchgeführt, ebenso abends vor dem Zubettgehen, und anschliessend wird eine adstringierende Creme aufgetragen oder Molke aufgetupft. Unbedingt sollte das Sitzen auf kalten Bänken oder Steinplatten vermieden werden. Wer gerne starken Bohnenkaffee trinkt, der wird auf so manches Tässchen verzichten müssen.

Falls Sie mit irgend einem Naturmittel einen Erfolg erzielen, dann können Sie es Ihrem Arzt berichten. Es ist erstaunlich, dass sich viele Therapeuten natürlichen Heilmitteln zuwenden, weil diese keine Nebenwirkungen haben und sich vor allem bei chronischen Leiden zur Langzeittherapie eignen.

Milchsäure

Wir haben schon öfters Berichte über den grossen diätetischen Wert der milchsauren Produkte wie Joghurt, Kefir, Sauermilch und so weiter veröffentlicht. Die Milchsäure ist eine der stärksten Säuren und trotzdem übt sie keinerlei Nachteile auf unsere Gesundheit aus, auch wenn sie eine noch so vielseitige Verwendung findet.

Nicht nur für Nahrungszwecke nützlich

Wenn wir die gewöhnliche Schotte oder Molke in Milchsäuregärung übergehen lassen, dann produziert sie zirka zwei Prozent Milchsäure. Bei therapeutischen Anwendungen muss man sie konzentrieren. Wenn wir nun die filtrierte, gereinigte, vom Kasein befreite Schotte fünfmal im Vakuum konzentrieren, dann erhalten wir ein zehnprozentiges Milchsäureprodukt. Dieses Molkenkonzentrat ist nicht nur für Nahrungsmittelzwecke bestimmt, zum Beispiel zum Säuren von Salaten, sondern es hat sich auch als Heilmittel ganz hervorragend bewährt. Fast alle Ekzemarten reagieren günstig, wenn man sie regelmässig mit Molkenkonzentrat behandelt, indem man Watte mit dieser konzentrierten Molke tränkt und damit die betroffenen Stellen betupft und eintrocknen lässt. Nur bei

pilzlichen Infektionen ist es nötig, dass man zusätzlich noch Spilathes, im täglichen Wechsel, verwendet. Auch damit wird Watte getränkt und die pilzbefallene Haut betupft. Ist die Haut von Natur aus trocken und spröde, sollte man sie zweimal wöchentlich leicht mit Johannisöl einfetten.

Auf welche Weise hilft Molke?

Wer auch immer mit den Mandeln, vielleicht sogar vereiterten Mandeln zu tun hat, dem steht in Molkenkonzentrat ein ausgezeichnetes Mittel zur Verfügung. Man taucht ein Haarpinselchen in unverdünnte Molke und bepinselt damit die Mandeln, soweit man sie erreichen kann. Den Kindern sollte man beibringen, dies selbst zu tun. Will man ihnen dabei helfen, reagieren sie meist mit Brechreiz. An diese Behandlung kann man sie – und sich selbst – gewöhnen, damit man sie auch regelmässig durchführt. Auf diese Art lassen sich Mandelprobleme hervorragend wieder in Ordnung bringen. Die Mandeln sind dem Lymphsystem angelassen und bedeuten eine wichtige Hilfe für den Körper. Sie kurzerhand entfernen zu lassen ist bestimmt nicht die beste Methode für unsere Gesundheit. Zuerst sollte man immer versuchen, sie zu regenerieren, und das geht am allerbesten mit Molkenkonzentrat! Es braucht ein bisschen Geduld und vor allem Zeit, aber dann sind die Mandeln meist wieder voll aktionsfähig und leisten eine gute Hilfe im ganzen Lymphsystem. Man wird wieder weniger von Katarrhen und Erkältungen geplagt, wenn dieser Krankheitsherd ausgeschaltet worden ist. Es bereitet auch keine Mühe, die Mandeln nur von Zeit zu Zeit mit Molke auszupinseln. Allerlei Bakterien werden auf diese Weise vernichtet. Auch bei Hautkrebs wirkt Molkenkonzentrat hervorragend. Wir durften dies schon öfters erfahren. Man sollte nie solange warten, bis der Arzt einen regulären Hautkrebs feststellt. Schon bei Verdacht auf Hautkrebs, bei ungewöhnlichen Erscheinungen, die darauf hindeuten, sollte man bereits mit der Behandlung beginnen. Gerade erhielten wir von einem Leser der «Gesundheits-Nachrichten» einen sehr

interessanten Bericht, der bestätigt, welche gute Wirkung mit Molkenkonzentrat erzielt werden kann. Es handelt sich um einen Fall, der, nach den Symptomen gesehen, Hautkrebs hätte sein können. Er schreibt: «Als erstes möchte ich Ihnen für den Gedichtband „Des Lebens Fülle“ nachträglich recht herzlich danken. Als nächstes möchte ich über ein persönliches Erlebnis berichten, das Sie interessieren dürfte. Vor einigen Jahren bildete sich vor meinem rechten Ohr, gerade unter dem Brillensteg, ein Hautfleck, ähnlich wie eine Warze. Er wurde mit der Zeit immer grösser – fast wie ein Fünfrappen-Stück – und es sah so aus, als ob unter der Haut eine Wucherung stattfinde, also recht besorgniserregend. Meine Frau riet mir, den Fleck mit Molkosan zu behandeln (Molkenkonzentrat).

Ich fing sofort damit an, dies war vor gut einem Jahr, und betupfte die Stelle täglich ein- bis zweimal. Die Wucherung ging langsam zurück und ist heute gänzlich verschwunden. Vielleicht haben Sie eine Erklärung dafür. Für mich war es wie ein Wunder!

A. S., Uznach»

Regenerierende Wirkung der Molke

Die Milchsäure wirkt nicht nur antiseptisch, sondern direkt regenerierend auf die Hautzellen. Darum kann man Ekzeme und Hautunreinheiten heilen, wenn man die nötige Geduld und Zeit aufbringt. Eine Behandlung dauert natürlich nicht nur ein bis zwei Monate. Unser GN-Leser hat über ein Jahr regelmässig betupft!

Dieses Naturprodukt aus der Milch hat innerlich wie äusserlich viele Anwendungsmöglichkeiten. Es bewährt sich in der Ernährung und es beeinflusst den Kreislauf. Man kann damit auch Wickel machen. Wie wir gesehen haben, wirkt Molke bei degenerativen Erscheinungen der Haut. Vor allem sind in der Molke alle wertvollen Mineralstoffe enthalten, die die Kühe beim Fressen verschiedener Kräutlein aufnehmen. Im Käse, in der Butter und im Quark finden wir Fett und Eiweiss, aber sämtliche Mineralstoffe, Spurenelemente und Vitamine sind in der Molke enthalten. Und darum hat sie eine so hervorragende Heil-

wirkung in all den verschiedenen Verwendungsformen, einschliesslich den Molkentrinkkuren, wie sie früher üblich waren, und nun langsam wieder «in Mode» kommen.

Eine weitere Zuschrift bestätigt uns den günstigen Einfluss der Milchsäure bei Hautkrebs. Frau E. H. aus Deutschland teilte uns folgendes mit:

«Frau M. ist eine gute Bekannte unserer Familie. Ich schlug ihr vor, als sie Hautkrebs bekam und unterhalb des rechten Auges eine grosse, schmerzhafte, offene Stelle entstand, es mit Molkosanauflagen zu versuchen, nachdem sie mit andern, vom Arzt verordneten Mitteln keinen Erfolg hatte. Sie versuchte es und war unermüdlich, sich mit Molkosanauflagen zu helfen. Nach einiger Zeit wurde die Wunde kleiner und kleiner, und jetzt ist sie ganz verheilt.

Frau M. nimmt auch täglich zwei bis drei Esslöffel Molkosan ein. Sie ist erstaunlich vital für ihr hohes Alter, am 23. April wurde sie 94 Jahre alt!

Ich schlug ihr vor einigen Jahren vor, den „Kleinen Doktor“ zu kaufen, sie kaufte gleich mehrere Exemplare, um Verwandten damit eine nützliche Freude zu machen.»

Mitteilung an unsere Leser in Österreich

Es freut uns, Ihnen bekanntgeben zu können, dass die von Dr. h. c. A. Vogel herausgegebenen Bücher

- «Der kleine Doktor» (Österreich-Ausgabe)
- «Die Leber als Regulator der Gesundheit»
- «Gesundheitsführer durch tropische Länder»
- «Die Natur als biologischer Wegweiser»
- «Des Lebens Fülle» (Gedichtband)

ab sofort direkt in Österreich erhältlich sind. Auslieferungsstelle: Buchversand A. Vogel, Melitta Werner, Sackgasse 4, 9131 Leibsdorf-Grafenstein, Telefon 04224/91057

Verlag A. Vogel, 9053 Teufen