

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 45 (1988)  
**Heft:** 5

**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:** 22.02.2026

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

Grossteil des Vitamin-C-Gehaltes verloren. Die allergesündeste Form der Kartoffel, wobei sie uns ihre vollen Werte bietet, sind eben die «Gschwellten» – die Pellkartoffeln. Auch diese sind im Dampf oder im Römer-topf zu kochen und nicht im Wasser. Sicherlich kann man auch Ofenkartoffeln gesund zubereiten, indem man sie halbiert und etwas Würze oder Käse darauf gibt. Das Backen im Ofen übt nicht diese mindernden Einflüsse aus, wie dies im schwimmen den Fett geschieht.

### **Die Heimat der Kartoffel**

Übrigens sind Kartoffeln bei uns nicht heimisch, sondern kommen aus Südamerika. Francis Drake hat sie mitgebracht. Ich war selbst in Peru, dem Land, das als Heimat der Kartoffeln bezeichnet wird. Dort bauen die Indios mehr als zehn Sorten an, die sogar in einer Höhe von 4000 Metern, in der Nähe des Titicacasees, sehr gut gedeihen. Als Kohlehydratnahrung spielen sie dort eine sehr wesentliche Rolle.

### **Unsere Vorfahren kannten nur Getreide**

Unsere europäischen Vorfahren, also weder die Helvetier noch die alten Römer, haben

weder die Kartoffel noch den Reis als wichtiges Nahrungsmittel gekannt, sondern das Vollgetreide. Die römischen Legionäre waren nicht einmal begeistert, wenn sie statt dem gewohnten Getreide Fleischnahrung bekamen. In ihrem Gepäck befanden sich sogar Steinmühlen. Das frisch gemahlene Getreide wurde unterwegs meistens als Brei gegessen. Das war neben Früchten und Gemüsen ihr hauptsächliches Nahrungsmittel, aus dem sie viel Kraft schöpfen konnten. Die Kartoffel enthält zwanzig Prozent wertvolle Kohlehydrate, zirka zwei Prozent Eiweiss und zirka ein Prozent verschiedene Mineralbestandteile. Neben Kalium kommen Vitamine A, B und C hinzu.

Ich möchte dies deshalb der Briefschreiberin zu ihrer Beruhigung mitteilen, dass wir bei uns neben Vollgetreide auch die von Peru stammende Kartoffel und den aus dem Fernen Osten kommenden Naturreis – die unser Gemüse und unsere Früchte bereichern – als gesunde Nahrungsquellen schätzen. Sie können aber nur dann ihre vollen Werte entfalten, wenn wir sie natürlich belassen und zu schmackhaften Speisen verarbeiten.

## **Aus unserem Leserkreis**

### **Hämorrhoiden**

Darunter leiden viele Menschen in unserer zivilisierten Welt. Es handelt sich hierbei um erweiterte Venen im Bereich des Afters, ähnlich den Krampfadern. Wer zu Hämorrhoiden neigt, der sollte vor allem kalte Sitzunterlagen und – wie die Erfahrung bei manchen Menschen zeigt – auch starken Bohnenkaffee meiden. Naturmittel, die bei Krampfadern helfen, die venösen Stauungen zu beseitigen, können auch bei Hämorrhoiden eingenommen werden. In erster Linie bewährt sich als Hauptbestandteil eines Venenmittels die Rosskastanie (Aesculus hippocastanum).

Über diese Erfahrung berichtet uns Frau J. S. aus B.:

«Die Ratschläge in Ihrem Brief vom 23. März a.c. betreffs Hämorrhoiden haben mir sehr geholfen und ich möchte Ihnen herzlich danken, dass ich mit Ihrer Hilfe dieses Problem lösen konnte. Ich möchte nun fragen, ob ich Aesculaforce weiterhin einnehmen soll, oder eventuell durch ein anderes Mittel ersetzen müsste? (Wegen Gewöhnung).»

Zur Weitereinnahme eines Naturmittels ist zu sagen, dass man, nachdem sich eine spürbare Besserung eingestellt hat, Naturmittel mit der Hälfte der vorgeschriebenen Dosierung, zum Beispiel vier bis sechs Wochen, weiter einnehmen sollte. Somit kann sich der Gesundheitszustand stabilisieren. Eine Gewöhnung tritt kaum auf,

denn Naturmittel werden besonders bei chronisch verlaufenden Erkrankungen manchmal über Jahre eingenommen, ohne dass die Wirkung nachlässt.

### Altersflecken und Arthrose

Bei älteren Menschen treten im Gesicht, vor allem aber am Handrücken, braune Flecken auf, die leider nur sehr schwer zu beeinflussen sind. Beachtenswert ist deshalb die Erfahrung von Frau H. F. aus B., die uns folgendes mitgeteilt hat:

«Meine unschönen Altersflecken auf den Handrücken habe ich mit Rizinusöl zum Verschwinden gebracht. Täglich morgens und abends wird mit diesem Öl gut eingerieben. Es ist auch ein hervorragendes und zudem billiges Mittel zur Pflege der Füsse. Abends eingerieben, Socken darüber. Die Füsse werden herrlich weich.»

Auch ihre Ausführungen über Arthrose sind für uns sehr interessant:

«Als ich im Knie eine Arthrose bemerkte – oft stechende Schmerzen – begann ich die Stelle mit kaltgepresstem Olivenöl einzurieben und kurz nachher war ich das Übel los. Trotzdem benutzte ich das Mittel zweibis dreimal wöchentlich weiter, obwohl ich beschwerdefrei war.»

Dem Olivenöl könnte man ohne weiteres etwas Meersalz beifügen, was die Wirkung sicherlich noch verstärken würde.

Für solche Erfahrungsberichte sind wir sehr dankbar, denn viele Leser der «Gesundheits-Nachrichten» werden diese Empfehlungen aufgreifen und anwenden.

### Neurodermitis (Ekzeme/Milchschorf)

In der Nummer 3 vom März 1988, erschien der Artikel «Milchserum oder Molke?». Obiges Thema wurde speziell besprochen in den Unterabschnitten «Verzweifelter Hilferuf» und «Ist Neurodermitis heilbar?»

Heute erreichte uns nun ein Brief von Frau R. E. aus Biel, den wir hier als Ergänzungsbericht abdrucken wollen. Sicher können auch diese Tips besorgten Müttern von Kleinkindern weiterhelfen:

«In Ihrem Heft las ich den verzweifelten

Hilferuf einer Mutter, deren Kind an Neurodermitis erkrankt ist. Ich weiss, wie ihr zumute ist. Unser Kind Christian ist mit 13 Monaten an den Folgen dieser Krankheit gestorben, obwohl wir alles mögliche versucht haben (auch abtupfen mit Molkosan). Unser Jüngster litt ebenfalls wieder an dieser hartnäckigen und schmerzhaften Krankheit. Arme und Beine mussten wir ausstopfen, und zum Schlafen wurde er festgebunden, damit er nicht immer wieder alles blutig kratzte. Er brauchte dauernde Ablenkung und Überwachung.

Doch ich möchte Ihnen nun berichten, wie wir bei ihm eine Heilung erfahren durften, – ein Wunder, wie der Hautarzt sich ausdrückte.

Ich habe ihn lange gestillt (acht Monate), da er nichts anderes vertragen hatte. Später habe ich bei der Ernährung auf möglichst unbehandelte, vollwertige Nahrungsmittel geachtet, ebenso auf ‚biologisches‘ Obst und Gemüse.

Zum Baden verwendeten wir Meersalz vom Toten Meer, abwechselndweise mit einem Badezusatz aus Sojaöl. Leider weiss ich diesen Namen nicht mehr, doch könnte er sicher in einer guten Drogerie oder Apotheke nachgefragt werden.

Zum Einreiben hat sich bei Matthias die Vida Mandelölsalbe und Johannisöl von A. Vogel bewährt. Offene Stellen haben wir mit einem schwachen Absud von Johanniskraut abgetupft.

Als Matthias sechs Monate alt war, stiessen wir auf eine Selbsthilfegruppe für Neurodermitis im Kanton Glarus. Von dieser Stelle erfuhren wir von dem natürlichen Medikament ‚Efamol 500‘ (=gepresstes Öl aus dem Samen der Nachtkerze). Wir erfuhren, dass mit diesem Mittel ein sehr grosser Erfolg, sprich Heilung, erzielt werden konnte. Sofort haben wir damals mit der Einnahme dieser Kapseln begonnen, und nach einer anfänglichen Verstärkung der Krankheit durften wir eine markante Besserung feststellen. Der Erfolg stellte sich also nicht sofort ein! Matthias hat das Medikament während zirka 1½ Jahren eingenommen und heute ist er von seiner Krankheit befreit! Die Haut braucht zwar

noch viel Pflege (Fett), doch darf er nun seine Kindheit frei von lästigem Juckreiz geniessen.»

Wir danken für diese wertvollen Informationen und hoffen, zusammen mit der Briefschreiberin, dass sie von der geplagten Mutter in Hamburg ebenfalls gelesen werden.

#### **Beurteilung des Buches «Krebs – Schicksal oder Zivilisationskrankheit?»**

Von einem älteren Arzt aus der DDR, Dr. P. G. Seeger, habe ich eine nette Beurteilung des im Titel erwähnten Buches erhalten: «Dieses Buch ist von einem Autor geschrieben worden, der die ganze Welt bereist hat und mit vielen primitiven und geistig hochstehenden Menschen in Kontakt kam. Das Buch ist leicht verständlich, ohne termini tecnici für einfache Menschen geschrieben und schöpft aus einer Fülle tiefgreifender Beobachtungen und Erfahrungen, allen Ballast wissenschaftlicher Meinungen und Spitzfindigkeiten beiseite lassend. Aufgrund seiner Erkenntnisse gelangt der Autor zu dem Leitsatz, alternative und weniger aggressive Methoden zu berücksichtigen, die das Immunsystem nicht schädigen und mit Heilmitteln zu behandeln, die das Immunsystem stimulieren.

Nach einer Einleitung über die Körperzellen werden Ursachen und Erbanlagen, ob Viruskrankheit oder Krankheit der Seele, sowie Erbkrankheit oder Übertragbarkeit behandelt. Vorbeugung und Behandlung sowie körpereigene Abwehr und psychische Einflüsse nehmen einen bevorzugten Platz ein. Dann folgen die einzelnen Krebsarten vom Lippen-, Zungen-, Kehlkopf- und Lungenkrebs über Magen-, Darm-, Leberkrebs und Blasen-, Haut- und Gehirnkrebs. Ein breites Kapitel ist der Ernährung, Diät und den Fastenkuren gewidmet, dem folgen Erörterungen über Nahrungsgifte, Umwelt einflüsse und Radioaktivität.

Schliesslich werden Heilpflanzen und Heilmethoden in den Kreis der Betrachtungen gerückt, wird die Überwärmung hervorgehoben. Der Nachsorge ist ein spezifisches Kapitel gewidmet.

Zusammenfassung, inwiefern sich Krebsforscher irren, und Ausblick, beschliessen das von einem naturverbundenen Autor verfasste und für einfache Menschen unproblematische Buch.

Nachwort, Sachregister und Verzeichnis der Farbbilder vervollständigen dieses an Erfahrungen und Beobachtungen reiche Buch, das als Hilfe und Wegweiser dienen soll und mit der Umstellung der falschen Lebensgewohnheiten zurück zur Natur führen soll.

„Der Mensch kann raten und helfen, die Natur allein kann heilen, und nur Gott der Allmächtige kann seiner Verheissung gemäss den Tod für immer beseitigen.“

P. G. Seeger»

Von Dr. P. G. Seeger selbst ist ein äusserst lesenswertes, interessantes Büchlein erschienen mit dem Titel «Leitfaden für Krebsleidende und die es nicht werden wollen», das wir Ihnen sehr zum Studium empfehlen können. Es ist erschienen und erhältlich beim Verlag «Mehr Wissen», Kurt Winter, Jägerstrasse 4, D-4000 Düsseldorf 1, zum Preis von DM 24.80.

#### **Pneumonia**

Unter dieser Bezeichnung versteht man alle durch Bakterien oder Viren verursachten Entzündungen in der Lunge. Sie können natürlich gefährlich werden, und wenn sich der Patient auch schon auf dem Wege der Besserung befindet, so wird er trotzdem noch von allerlei Beschwerden geplagt. Hier können Naturmittel mit Erfolg eingesetzt werden.

Frau A. G. aus K. berichtet uns über einen solchen Fall:

«Heute schreibe ich Ihnen aus einem besonderen Anlass. Sie sollen meinen aufrichtigen Dank für die Verordnung des Petasan-Sirups erhalten, denn es zeigen sich dadurch ganz ausgezeichnete Erfolge in der Nachsorge der Pneumonia!

Ausschlaggebend sind uns immer Ihre therapeutischen Hinweise, die eine hervorragende Grundlage haben. Selbst eine so grosse Entfernung ist dabei nicht hinderlich!»

Auch bei chronischen Erkrankungen der Atmungswege kann Petasan-Sirup eingenommen werden.

Nebenbei wollen wir erwähnen, dass Meerrettich eine antibakterielle Wirkung ausübt. Bei Infekten der Bronchien kann man Meerrettich fein raffeln, mit etwas Honig vermengen und davon täglich einige Messerspitzen einnehmen.

### Offene Beine

Wenn sich an den Beinen die ersten vorstehenden oder gar bläulich verknoteten Venen zeigen, dann ist es an der Zeit, etwas dagegen zu tun. Auf keinen Fall dürfen wir zulassen, dass aus Krampfadern ein Venenleiden mit Stauungen, Thrombosen oder sogar offenen Beinen entsteht. Wenn es aber doch dazu kommen sollte, so hat die Natur allerlei Kräuter hervorgebracht, mit deren Hilfe bei venösen Leiden eine Besserung erwartet werden kann. Zu diesen Heilkräutern gehören beispielsweise die Rosskastanie (*Aesculus hippocastanum*), Zaubernuss (*Hamamelis*), Schafgarbe (*Millefolium*), Johanniskraut (*Hypericum perforatum*) und Wallwurz, auch Beinwell (*Sympyrum*) genannt.

Die heilende Wirkung bestätigte uns Frau H. B. aus O., die uns schreibt:

«Im April habe ich Ihnen wegen meinen offenen Beinen geschrieben. Jetzt kann ich Ihnen mit grosser Freude und Dankbarkeit mitteilen, dass die Wunde zuheilt und ich wieder ohne Schmerzen gehen kann.»

Nur, so weit sollten wir es gar nicht kommen lassen und unsere Venen rechtzeitig und vor allem regelmässig pflegen.

### Eigenartige Heilwirkung des Knoblauchs

Wir veröffentlichen gerne Erfahrungen, die unsere Leser mit Heilkräutern oder einer interessanten und vielversprechenden Heilmethode machen.

So wollen wir auch die Erfahrung von Frau R. F. unseren Lesern nicht vorenthalten: «Über die Wirkung des Knoblauchs möchte ich Ihnen einen Bericht geben. Ein Hühnerauge am rechten Fuss machte mir, wie schon Jahre zuvor, Beschwerden, so dass ich zum Arzt ging. Der befürchtete eine

bösartige Erkrankung und machte mir Vorwürfe, nicht schon früher gekommen zu sein.

Aus meinem Bekanntenkreis erhielt ich den Hinweis, diese veränderte Schwiele mit Knoblauch zu behandeln. Eine zerdrückte Knoblauchzehe über zwei Tage aufgelegt, verursachte zwar eine Brandblase am Rande der Hornhaut, löste aber die Hornhaut wohl so tief, dass nach einigen Tagen durch die Fusspflegerin ein tiefverwurzeltes fettes Hühnerauge entfernt werden konnte, das mich jahrelang schon belastet hatte, aber durch die Fusspflegerin vorher nie entfernt werden konnte.

Ich habe bis heute keine Beschwerden mehr verspürt.»

Leser, die sich in ähnlicher Situation wie Frau F. befinden, sollten sich von der beschriebenen Methode anregen lassen und sie übernehmen.

### «Echinaforce zum täglichen Leben»

So schreibt uns Frau J. R. aus U. folgendes über ihre Erfahrung mit Echinacea, welches unseren Lesern als Resistenzmittel nicht unbekannt sein dürfte:

«Doch nun einige eigene Erfahrungen. Schon seit Jahrzehnten ist Echinaforce unser aller täglicher Kraftspender, ob Erwachsene, Kinder oder aber auch mein Rauhhaardackel, der ein paar Tropfen in sein Trinkwasser bekommt – wir brauchen ganz einfach Echinaforce zum täglichen Leben – und so haben wir uns wie oft schon die Grippe vom Halse gehalten, und hat der eine oder andere einmal etwas gefangen, dann hat er mit noch ein paar anderen Mittelchen alles sehr schnell überwunden. In den vergangenen Jahren war ich beruflich viel auf Reisen, auch in anderen Ländern, zum Beispiel in Ägypten. Nie habe ich mich irgendwie oder irgendwo infiziert – dank Echinaforce. Lustigerweise war ich bei Reisegruppen, die ich öfters zu führen hatte, als die ‚Dame mit den guten Tropfen‘ bekannt. In besonderen Situationen liess ich die Gruppe einfach antreten und bat: ‚Mund auf!‘ und jeder bekam dann frisch aus der Flasche Echinaforce pur in den Mund getropft. Nie hat es irgendwelche

negative Reaktionen gegeben, vielmehr musste ich dann meist allen aufschreiben oder aufschreiben lassen, was es für Tropfen sind und wo man sie erhält.

Wie oft kam dann daheim jemand ins Büro und sagte: „Sie hatten damals so gute Tropfen...“

Viele andere Erfahrungen liessen sich noch anknüpfen. Beglückend ist festzustellen, dass Menschen zu ihrem eigenen Nutzen vernünftig reagieren!

Wenn ich zum Beispiel an meine früheren Asthma-Jahre denke, graust mir heute noch. Dank „Vogel-Tropfen“ ist all dies überstanden, zumal ich Usneasan meist mit Echinaforce kombiniert schlucke.“

Im weiteren Verlauf ihres Briefes schreibt uns Frau R., dass man keine Hemmungen haben sollte, mit seinem Arzt offen über alternative Behandlungsmethoden zu sprechen.

„Noch ein erfreulicher Hinweis. Es ist uns gelungen, unseren Hausarzt von den Vorteilen Ihrer Heilmittel zu überzeugen und diese auch zu verordnen. Wir, dazu gehört auch die Familie meines Sohnes, bekommen diverse „Vogel-Medikamente“ per Rezept von ihm verordnet. Der Apotheker, der anfänglich gerne einen Ersatz ausliefern wollte, hat sich dies aufgrund unserer Beharrlichkeit abgewöhnt und bestellt nun über den Grosshandel direkt bei Bioforce in Konstanz. Wir freuen uns, dass wir also, egal wo wir gerade wohnen, auf die gewohnten bewährten Mittel nicht verzichten müssen. Auch im Reformhaus führt man die „Vogel-Präparate“, nachdem wir sehr darum gebeten haben. Man muss nur mit den Menschen sprechen und Kontakt pflegen, dann kann man auch zugunsten anderer nützliches bewirken.“

## BIOCHEMISCHER VEREIN ZÜRICH

Einladung zum öffentlichen Vortrag  
vom Dienstag, den 17. Mai 1988, 20 Uhr,  
im Restaurant «Löwenbräu Urania», 1. Stock

W. Nussbaumer spricht  
über Übersäuerung und Sodbrennen

## Heuschnupfen? Auch hier hilft uns die Natur!

**Pollinosan®** ist ein erprobtes Heuschnupfenpräparat auf homöopathischer Basis. Es schützt vor Heuschnupfen und bekämpft die lästigen Folgen.

**Wichtig:** Beginnen Sie mindestens 14 Tage vor Ihrer Heuschnupfenzzeit mit der regelmässigen Einnahme von Pollinosan®.

Als Naturprodukt keinerlei Nebenwirkungen. Deshalb auch für Kinder und Autofahrer geeignet.

# Pollinosan®

gegen Heuschnupfen – zum Vorbeugen und Behandeln!

 ein **A. Vogel** Produkt  
In Apotheken und Drogerien.  
Als Tropfen oder Tabletten.

In der BRD nur über die Apotheken zu beziehen

## Pflanzliche Mund- und Zahnpflege

### Dentaforce Kräuter-Mundwasser

- erfrischend
- desinfizierend

Ein paar Spritzer mit Wasser verdünnen.

### Dentaforce Zahnpasta

- reinigt schonend
- durchblutungsfördernd und zahnfleischstraffend



ein **A. Vogel** Produkt

In Apotheken, Drogerien und Reformhäusern.



Bioforce AG, 9325 Roggwil TG