

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

**Herausgeber:** A. Vogel

**Band:** 45 (1988)

**Heft:** 9

**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:** 29.01.2026

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

## **Umgang mit der Lebensenergie**

Der Einfachheit halber beschreibe ich jetzt in möglichst schlichten Worten, wie man beim Umgang mit der Lebensenergie vorgeht. Das Wissen um diese Kunst gibt manchem Menschen die Möglichkeit, auf Krankheiten aufmerksam zu werden oder auf Vorgänge im Unbewussten zu achten, die ihn dann rechtzeitig zum Arzt führen können oder sollten.

Der einfache Umgang mit der Organuhr besteht darin, dass man am Tag oder in der Nacht auf kleinste Zeichen achtet, die einem früher unbedeutend erschienen sind, obwohl dies die subtile Sprache unseres lebendigen Körpers ist. Wenn dann diese Zeichen allmählich zu Schmerzen werden, dann merkt auch der Klügste, dass da etwas nicht stimmen kann.

### **Zeichen beachten!**

Als solche kleine Zeichen im Bereich des Körpers erwähne ich Jucken, Beissen, Brennen, unbewusstes Kratzen und so weiter. Diese Zeichen sind besonders dann beachtenswert, wenn sie öfters vorkommen, oder wenn sie öfters zur gleichen Zeit auftreten. Dann schauen Sie doch auf die Organuhr. Dort finden Sie dann das Organ, das eventuell am meisten betroffen ist. Das ist eine Art Frühdiagnostik für den aufmerksamen, intelligenten Laien. Dieser zieht selbstverständlich nicht eigene diagnostische Schlüsse daraus, sondern er erzählt gelegentlich seinem Arzt von diesen Eindrücken. Wenn ich Sie bitte, auf sich selbst sensibler zu achten, so will ich niemanden zum Neurotiker erziehen, der sich vor jedem Windlein fürchtet.

Ganz wichtig möchte ich ein typisches Aufwachen bei Nacht zu immer gleichen Stunden bezeichnen. Wenn zum Beispiel jemand immer um Mitternacht aufwacht, dann kann das neben anderen Zeichen auf eine beginnende Gallenstörung hinweisen. Oder wenn jemand um zwei oder drei Uhr in der Frühe aufwacht, so deutet das auf die Leber hin. Oder wenn jemand um fünf Uhr schlaflos liegt, so kann das auf unregelmäßiger Tätigkeit des Dickdarms beruhen.

### **Akupunktur und Homöopathie**

Ich möchte nun noch auf eine zweite interessante Entdeckung aufmerksam machen, und zwar auf die Verbindung von Akupunktur und Homöopathie. Beides sind Methoden verschiedenen Alters, aber gleicher Richtung, denn beide arbeiten mit Feinreizen (neben anderen Verwandtschaftsmerkmalen). Davon will ich die Wichtigsten nennen. Bei vielen homöopathischen Arzneimitteln wird eine typische Verschlimmerungszeit angegeben, und zwar übereinstimmend und von vielen Therapeuten, die sich mit dieser Kunst befassen. Daraus ergibt sich: Wenn man die Verschlimmerungszeit eines Leidens kennt, zum Beispiel einer Gallenkolik um 24 Uhr, dann ist die Anwendung eines entsprechenden homöopathischen Mittels zu dieser Organuhrzeit weitaus wirkungsvoller als etwa um 17.00 Uhr nachmittags.

### **Schlussfolgerungen**

Dieser kleine Aufsatz sollte Ihnen zeigen, wie sensibel Körper und Seele miteinander arbeiten und dass gerade in der heutigen Zeit der Mensch allmählich misstrauisch wird, gefährliche, unnatürliche Medikamente in seinen Körper aufzunehmen.

## **Erfahrungen aus dem Leserkreis**

### **Seborrhö-Ekzem**

Kalk ist ein sehr wichtiger Heilfaktor. Fast bei allen Krankheitsprozessen wird Kalk in die Therapie zur Unterstützung der Abwehrkräfte einbezogen. Auch bei Ekzemen, Bläschenausschlag und Hautentzündungen

kann Kalk als Zusatztherapie unterstützend wirken und sogar ausschlaggebend die Heilung begünstigen, wie es bei unserer Leserin Frau M. K. aus L. der Fall war. Sie schreibt uns unter anderem:

«Und eine erfreuliche Nachricht. Seit etwa

sechs Wochen habe ich kein Seborrhö-Ekzem (Kopfhaut, Stirn, Nacken) mehr, an welchem ich seit dreissig Jahren litt und welches ich ununterbrochen mit verschiedenen Mitteln behandelte.

Frage: Hat hier Urticalcin (ich musste es langzeitig nehmen) geholfen?

Ich bin überglücklich darüber – vielleicht wäre dies eine Veröffentlichung unter den Leserbriefen in den „Gesundheits-Nachrichten“ wert?»

Wie bereits gesagt, kann ein biologisches Kalkpräparat, in diesem Fall Urticalcin-Tabletten, wesentlich zur Heilung beitragen. Als Regulator des Kalkstoffwechsels wirkt dieses Mittel gegen die Übersäuerung des Körpers, denn übersäuertes Blut begünstigt die Entstehung von Ekzemen.

Wir danken Frau K. für ihre wertvolle Erfahrung und ermuntern alle Leser der «Gesundheits-Nachrichten» uns zu schreiben. Auf diese Weise können wir Erfahrungen austauschen und uns gegenseitig helfen.

### Niedriger Blutdruck (Hypotonie)

Im Gegensatz zum hohen Blutdruck, der Volkskrankheit Nummer 1 in den Industrieländern, wird die Meinung vertreten, dass Hypotonie eher ein Merkmal der Konstitution ist und keine Krankheit im eigentlichen Sinn. Die Symptome werden freilich als unangenehm empfunden; ständige Müdigkeit und Schwindelanfälle. Andererseits ist derjenige, der zur Hypotonie neigt, besser gegen Herzinfarkt und Schlaganfall geschützt.

Pflanzliche Mittel können die Begleiterscheinungen des niedrigen Blutdrucks lindern und helfen die Blutdruckwerte etwas zu normalisieren.

Über ihre Erfahrung berichtet uns Frau A. D. aus K.:

«Vielen Dank für die Antwort. Das erste Mal habe ich mich an Sie gewandt wegen niedrigen Blutdrucks, Kreislaufstörungen, die ich sehr schlimm hatte. Sie hatten mir die Ysop-Tropfen und Weizenkeimölkapseln empfohlen, welche ich regelmässig nehme. Bin überaus dankbar, dass es mir geholfen

hat und hoffe, dass es weiter hilft, da ich ziemlich in Stress und Hektik lebe.»

Der Kreislauf kann auch durch physikalische Anwendungen angeregt werden. Trockenbürstenmassagen, Wechselduschen oder warme Vollbäder mit Rosmarinextrakt (nicht am Abend) haben sich gut bewährt.

### Fusspilz

Liebe alte Bekannte aus Leipzig schrieben mir am 23. Juni 1988 folgenden Brief: «Ich möchte mich auch wieder herzlich für die Übersendung der „Gesundheits-Nachrichten“ bedanken, sie sind immer eine Bereicherung. Darf ich einmal eine kleine Erfahrung von uns erzählen? Ich habe eine liebe Bekannte, die litt seit Jahren unter Fusspilz. Es war so schlimm, dass keine Fusspflegerin sie mehr behandelte, die Zehen wie rohes Fleisch aussehend. Ich empfahl ihr daraufhin, täglich Ringelblumensalbe zu verwenden. Täglich zweimal wurden die Füsse, morgens und abends, mit Ringelblumensalbe eingesalbt. Es trat bald eine Besserung ein, und nach einem Vierteljahr war alles ausgeheilt.» Sicherlich wäre es noch schneller gegangen, wenn man neben der Ringelblumensalbe noch Spilanthes mauretania sowie Molko-san eingesetzt hätte.

Aber man sieht, wie ein Naturmittel wie die Ringelblumensalbe, mit der Zeit zu einem Erfolg zu führen vermochte. Ich empfehle dies zur Nachahmung!

Der Brief geht wie folgt weiter:

«Noch meine eigene Erfahrung mit Echinaforce. Wenn ich Ohrenschmerzen habe, dann nehme ich ein Stück Watte, tränke diese mit zwei Tropfen Echinaforce und stecke diesen Wattebausch ins Ohr, wiederhole öfters mal.

So habe ich spätestens am nächsten Tag keine Ohrenschmerzen mehr. Ich bin sehr dankbar dafür, denn früher habe ich mich oft tagelang mit diesen Schmerzen herumgequält.»

Ich bin immer sehr dankbar, wenn ich von Freunden und Bekannten aus der Ostzone und anderen Gebieten so nette Berichte erhalte. Es ist immer eine Ermunterung zu

wissen, dass die «Gesundheits-Nachrichten», wie auch die verschiedenen Bücher, in vielen Ländern als Ratgeber geschätzt werden.

#### **Johanniskraut (*Hypericum perforatum*)**

An sonnigen Hängen oder am Rande der Kiefernwälder leuchten schon von weitem die goldgelben Blüten. Und weil die schöne Heilpflanze zur Zeit der Sommersonnenwende zu blühen beginnt, gab man ihr den Namen Johanniskraut. Zerreibt man die Kelchblätter zwischen den Fingern, so verfärbten sie sich rot. Diese lichtsensible Substanz ist der eigentliche Wirkstoff; das Hypericin. Deshalb gab man dem Johanniskraut den lateinischen Namen *Hypericum*. Weil die Blätter gegen das Licht gehalten eine Anzahl heller, durchscheinender Punkte aufweisen, sehen sie wie perforiert aus. Deshalb lautet die volle lateinische Bezeichnung des Johanniskrautes *Hypericum perforatum*. Als Frischpflanzenpräparat erweist sich *Hypericum* als ein ausgezeichnetes Antidepressivum und kann derartige Gemütserkrankungen aufhellen.

Das Johannisöl hingegen ist eine zuverlässige Hilfe bei geschädigter Haut, Verbrennungen, Ekzemen und bei Sonnenbrand.

Wie uns Frau E. L. aus H. berichtet, half ihr Johanniskrauttee bei einer ungewöhnlichen Situation. Lesen Sie bitte selbst, was Frau L. uns schreibt:

«In den letzten „Gesundheits-Nachrichten“ vom Juni 1988 war ein Bericht über Johanniskraut. Ich möchte Ihnen nun eine eigene Erfahrung erzählen, wie wirksam es ist. Ich war einmal sehr krank und konnte nichts mehr essen und trinken. Alles gab der Magen wieder her. Und als ich so sterbenskrank und matt darniederlag, da fiel mir ein, dass mir ja immer der Johanniskrauttee half, wenn ich mit dem Magen etwas hatte. Ich wusste, dass ich etwas daheim hatte. So stand ich mit allerletzter Kraft auf und suchte es. Und als ich es fand, brühte ich mir einen Tee auf, den ich schluckweise trank. Und siehe da, bald darauf behielt der Magen alles wieder, was ich ass oder

trank. Und so habe ich diese Krise überstanden.

Es wäre ein schöner Bericht für die „Gesundheits-Nachrichten“. Die Blüten kann man auch in Öl ansetzen. Es heilt Brandwunden.

Ich hoffe, dass Sie sich ein bisschen über diesen Bericht freuen.»

Wir freuen uns sogar sehr, wenn solche Berichte bei uns eintreffen und unsere Leser einen Nutzen daraus ziehen.

#### **Kieferhöhleneiterung**

Sehr häufig kann eine Kieferhöhlenentzündung oder gar -eiterung von Zähnen mit Eiterherden ausgehen. Die Infektionserreger können sich leicht ausbreiten und erfassen dann die ganze Kieferhöhle. Das sichere Zeichen eines derartigen Infekts ist ein ungewohntes Schweregefühl im Kopf beim Bücken. Der Patient muss oft eine lange Behandlung in Kauf nehmen, die nicht selten einen chirurgischen Eingriff erfordert.

Wir freuen uns sehr, dass Frau E. A. aus G. ihre Kieferhöhleneiterung mit natürlichen Mitteln ausheilen konnte.

«Ich wollte mich für Ihren vorzüglichen Rat bei Kieferhöhleneiterung bedanken und Ihnen mitteilen, dass sie vollständig verschwunden ist und ich sogar den ganzen Winter über keine Erkältung bekommen habe (was ich noch nie hatte). Ich habe täglich in meine Nase Johanniskrautöl geträufelt und dank Cinnabaris D<sub>4</sub>, Echinacea und Kamillendampfbädern bin ich meine Vereiterung losgeworden. Vielen Dank!»

Es lohnt sich immer, mit Naturmitteln einen Versuch zu machen.

---

#### **BIOCHEMISCHER VEREIN ZÜRICH**

Einladung zum öffentlichen Vortrag  
vom Dienstag, den 20. Sept. 1988, 20 Uhr,  
im Restaurant «Löwenbräu Urania», 1. Stock  
W. Nussbaumer spricht über die Einführung  
der Biochemie von Dr. Schüssler