

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 47 (1990)
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: 23.02.2026

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

ein erprobtes Heilmittel. Sie helfen bei Völlegefühl, Blähungen und Durchfall, also hauptsächlich bei allen Erkrankungen des Magen-Darm-Bereiches. Kleinkinder können bei solchen Beschwerden auch eine in kleinen Schlucken verabreichte Teemischung aus Fenchel, Anis, Koriander und Kümmel trinken. Wegen seiner vielseitigen Qualitäten wird der Koriander auch in grösserem Stil angebaut und als nachwachsende Rohstoffpflanze geerntet.

Es wird schwierig sein, ganze Korianderkugeln zu finden. Denn nur der optimal geerntete, vorsichtig getrocknete und abge-

packte Koriander ist noch ganz. Meistens finden Sie die Kugeln in zwei Hälften zerfallen. Die Frucht ist eine sogenannte Spaltfrucht, die aus zwei Fruchtblättern (Hälften) besteht. Die Verwachungsfläche dieser beiden Hälften wird durch ein hauchdünnes Häutchen gehalten, das leicht beschädigt werden kann. Das ist aber nicht weiter schlimm. Es kann nämlich aus jeder der beiden Hälften ein Korianderpflänzchen wachsen. Für die Verwendung als Gewürz nehmen Sie am besten Ihre Nase zu Hilfe. Die Früchte sollen würzig-aromatisch und nicht fade und staubig riechen.

BN

Erfahrungen aus dem Leserkreis

Kiwis

In der Juli-Nummer 1990 veröffentlichten wir einen Artikel über Kiwis und erwähnten, dass jede Person die eigenen Reaktionen, das heisst die Verträglichkeit beim Genuss dieser Frucht herausfinden muss. Um dies zu illustrieren, hatten wir diverse Beispiele von Erfahrungen angeführt, die sich zum Teil, man könnte fast sagen, widersprechen.

Dieser Tage erhielten wir nochmals drei Briefe mit Anmerkungen, die obige Aussage erneut bestätigen:

Frau P. S. aus R. schrieb uns:

«Zu Ihrer Umfrage betreffend Kiwis möchte ich Ihnen meine Erfahrung mitteilen: Eine Kiwi pro Tag (auf dem Müesli am Morgen) macht seit etwa acht Jahren meine unreine, diffizile Haut reiner, heller (die Couperose ist viel weniger sichtbar), fast schön. Wenn Sie bedenken, dass ich seit eh und je gegen Akne zu kämpfen habe und mit fünfzehn einen ganz schlimmen Auschlag hatte (ich sah aus, wie wenn ich Pocken hätte), ist das ein grosser Erfolg. Auch Urticalcin und Echinaforce, die ich regelmässig einnehme, helfen mit.»

Von Frau A. S. aus A. trafen folgende Zeilen ein:

«Meine Mutter, 87jährig, muss sich immer nach dem Genuss von Kiwis übergeben und zwar innerhalb von einer Viertelstunde,

auch nach dem Essen eines nur ganz kleinen Stückchens. Es wird ihr sterbenselend. Keine Frage, dass sie den Kiwis ausweicht. Ich selbst esse sie mit Vergnügen, ohne jegliche Nebenwirkungen.»

Die Erfahrungen von Frau S. H. aus R. sehen folgendermassen aus:

«Ich habe vor zirka zwei Jahren jeden Tag eine Kiwi gegessen. Nach einiger Zeit hatte ich praktisch jeden Tag Nasenbluten. Ich habe meinen Hausarzt um Rat gefragt, er meinte, wenn es nicht aufhört, müsste ich es veröden lassen. Es kam immer schlimmer, bis mir jemand sagte, dass die Kiwis sehr viel Vitamin C hätten und dadurch die Nasenschleimhäute anschwellen und das Nasenbluten verursachen. Ich habe aufgehört Kiwis zu essen und habe seither kein Nasenbluten mehr.

Ich möchte jenen Personen, die vielleicht auch ähnliches erfahren haben, mit meinem Hinweis dienen.»

Denjenigen, die Kiwis ertragen, wünschen wir guten Appetit, ob sie diese als Frucht, einfach so in einem Müesli oder in einem Fruchtsalat geniessen.

Soziale Komponente nicht vergessen

Heute erhielten wir folgende, interessante Zuschrift von Frau J. S.-R. aus Deutschland. Sie sollte uns zum Überlegen anre-

gen, denn sie gilt nicht nur für Kiwis, sondern für alle Früchte- und Gemüseimporte. «Nochmals bitten Sie um Zuschriften zum Thema Kiwi, hier eine soziale Komponente: Zu Beginn dieses Jahres las ich in einer Zeitschrift unseres Naturkostladens in M. folgendes: Dort wurde der eigene Anbau in den «Verbraucherländern Europas» sehr empfohlen, – wovon Sie auch selbst, in der Märzausgabe 1990 für die Schweiz, bereits sprachen. Und zwar würden die Kiwis in den ursprünglichen Anbauländern den Einheimischen zu Spottpreisen abgekauft, damit sie hier für Pfennige (36 Pfg. das Stück) verschleudert werden können, und die Einheimischen müssen am Rande ihrer Existenzmöglichkeiten dahinvegetieren, reinste Ausbeutung. Deshalb: Wir sollten immer wieder versuchen, unseren Vitaminbedarf mit eigenen Früchten zu decken und eingeführte nur als «etwas Besonderes» sehen. Schmecken uns die Kiwis nun, und vertragen wir sie, dann sollten wir auch alles daransetzen, und sie in Zukunft auch selbst anbauen. Die zeitgemässere Ernte wird uns sicher mit besseren Qualitäten die Mühen lohnen. –

Und da ich als Leserin der «Gesundheits-Nachrichten» und des «Kleinen Doktors» nun einmal zum Stift gegriffen habe, möchte ich gleich noch einen grossen Dank aussprechen für das gute A.-Vogel-Brennessel-Haarwasser, das bei mir geradezu Wunder bewirkt mit meinen 65 Jahren. Schon als Mädchen hatte ich rechts und links vom Mittelscheitel Geheimratsecken, die mit zunehmenden Jahren immer grösser wurden. Seit einem Jahr etwa reibe ich meine Kopfhaut regelmässig mit dem guten Brennessel-Haarwasser ein, nehme innerlich dazu noch von der Weleda Quarz D20 ein und siehe da, kaum zu glauben, die Ecken wachsen zu.

Dafür und für vieles mehr meinen sehr herzlichen Dank und noch viele schöne Jahre der Beschaulichkeit für Sie, mit dem Gefühl für Ihre Leser/innen und Patienten/innen, dass Sie auch weiterhin – wenn auch etwas zurückgezogen – für das Wohl aller Menschen unserer Erde in väterlicher Weise Sorge tragen.»

Molkosan

ist in vielen Ländern beliebt und bekannt!

Freunde aus Australien berichteten uns dieser Tage wie folgt über Molkosan:

«Als nächtlichen Drink gegen Durst nehme ich Wasser mit Molkosan.

Auch der Zahnarzt machte kürzlich eine Bemerkung, es sei angenehm an Zähnen mit einem gesunden Zahnfleisch zu arbeiten.»

Schon früher haben wir erfahren, dass Molkosan wirklich ganz hervorragend auf das Zahnfleisch wirkt, denn es fördert die Durchblutung und reinigt die Schleimhäute von unerwünschten Mundbakterien.

Diese Mitteilung erschien uns wichtig genug, um sie in den «Gesundheits-Nachrichten» – zum Wohle der Leser – zu veröffentlichen.

Jeden Tag sollte man Watte mit Molkosan tränken und damit die Zähne reinigen, gleichzeitig massiert man das Zahnfleisch kräftig mit. So wird es gepflegt und durchblutet und gesund erhalten.

Gesundes, kräftiges Zahnfleisch bewirkt auch, dass die Geschmacksnerven ihre normale Funktion aufrecht erhalten können.

Zähne – Amalgam-Problem

Über dieses Thema haben wir schon oft geschrieben, und anfangs Juli ist dazu folgende Karte von Frau R. S. aus B. bei uns eingegangene:

«Ich bin seit $1\frac{1}{3}$ Jahren schwer krank (Quecksilber-Vergiftung durch die Amalgam-Plombe) und auch motorisch behindert. Nun haben wir Betroffenen ein Buch geschrieben, auf diese katastrophalen Situationen bei uns in der Schweiz aufmerksam gemacht, und wir bitten Sie, in Ihrem Blatt auf das Buch hinzuweisen.

Es würde uns viel bedeuten und stärken, wenn auch Sie uns Gift-Kranke unterstützen würden im Kampf gegen «Amalgam» und andere Umwelt-Gifte. Einige Schwerkranken von uns sind auch an Formaldehyd-Vergiftung erkrankt.

Mit bestem Dank für Ihr Verständnis...»

Der Titel des erwähnten Buches lautet «Amalgam-Report», geschrieben von Erika Brühlmann-Jecklin. Auslieferung im

September durch den Zytglogge-Verlag, Bern. Preis zirka Fr. 22.-/DM 24.-. Erwiesenermassen sind sehr viele Menschen von diesen Problemen betroffen und haben Fragen dazu. Sicher lassen sich in diesem neuen Werk - zusammengestellt von Betroffenen - viele Antworten, Zusatzinformationen und nützliche Hinweise finden.

Harnweginfekte

Entzündliche Reizungen der Blase kommen bei Frauen recht häufig vor. Bei wiederkehrenden Infekten besteht die Gefahr, dass sie in einen chronischen Zustand übergehen. Doch so weit dürfen wir es gar nicht kommen lassen.

Oft genügt es schon, kalte Füsse anstehen zu lassen, und schon haben wir eine Blasenreizung oder Entzündung. In solchen Fällen macht man sofort ein warmes, ansteigendes Fussbad, um Unterkühlungen zu vermeiden.

Indessen kennt die Naturheilkunde einige Mittel, die erfolgreich gegen Harnweginfekte eingesetzt werden. Zur Stärkung des Immunsystems nimmt man längere Zeit ein Frischpflanzenpräparat aus Echinacea und das spezifisch wirkende homöopathische Mittel Cantharis D4.

Über ihre Erfahrungen mit diesen beiden Naturheilmitteln berichten uns zwei Leseinnen.

Frau V. M. aus B. teilte uns kurz mit: «Ich liess mir die verordneten Medikamente durch meine Apotheke besorgen und nahm sie bis Weihnachten ein, dann setzte ich aus. Nur die Echinaceatropfen nahm ich weiter ein. Mit bestem Erfolg. Natürlich habe ich dieses wunderbare Medikament auch weiterempfohlen.

Von meiner Blase merke ich nichts mehr, worüber ich natürlich sehr froh bin. Ich danke Ihnen nochmals für Ihre Hilfe.»

Zu den beiden erwähnten Naturheilmitteln nahm sie noch ein spezifisches Blasenmittel ein, das sich aus verschiedenen Heilkräutern zusammensetzt, das sogenannte Komplexmittel Cystoforce.

Frau M. Sch. aus M. schreibt uns folgendes: «Vor einem Jahr gaben Sie mir den Rat, gegen meine immer wiederkehrenden Entzündungen im Nieren-Blasenbereich neben Echinacea auch Cantharis D4 einzunehmen. Dadurch bin ich nunmehr seit einem Jahr ohne Entzündung geblieben. Darüber bin ich sehr glücklich! Was musste ich Jahre vorher alles an starken Tabletten schlucken und bekam trotzdem mehrmals im Jahr eine handfeste Entzündung. Wichtig scheint mir auch Ihr Rat aus den «Gesundheits-Nachrichten», sich vor kalten Füßen zu schützen, beziehungsweise ein Frostgefühl in der Nierengegend sofort zu bekämpfen, was bei mir öfters der Fall war. Ich nehme Cantharis D4 und Echinacea seit über einem Jahr. Kann ich die Medikamente vorsorglich noch etwas länger nehmen oder ist es besser, sie abzusetzen?» Nachdem eine wesentliche Besserung eingetreten ist, kann man Cantharis D4 noch weitere zwei Wochen einnehmen, bis sich der Gesundheitszustand stabilisiert hat.

Mit der Einnahme von Echinacea wird man weiter fortfahren und reduziert die Dosierung um die Hälfte. Nach längerer Einnahme wird man auch hier eine Pause in den Sommermonaten einschalten, und Echinacea wieder in der Zeit erhöhter Infektionsgefahr, also während der kalten Jahreszeit, einnehmen.

Reibesitzbäder nach Louis Kuhne

Die Wasseranwendungen, mit denen Pfarrer Kneipp in Bad Wörishofen seine Patienten behandelte, sind uns allen bekannt. Weniger verbreitet sind die Reibesitzbäder, die nach dem berühmten Naturarzt Louis Kuhne benannt wurden, der um die Mitte des vorigen Jahrhunderts wirkte. Das Anwendungsgebiet dieser Bäder bezieht sich in erster Linie auf die Unterleibsorgane. Frauen können die Reibesitzbäder bei Entzündungen, Ausfluss, Menstruationsbeschwerden, Unfruchtbarkeit und Frigidität anwenden, während bei Männern der Heilungsprozess von Prostata- und Hodenentzündungen günstig beeinflusst wird.

Die Kuhne-Bäder werden auch zur Steigerung der Nieren- und Darmfunktion verordnet und sogar zur Beruhigung der Nerven.

Das Reibesitzbad ist überdies ein Entgiftungsbad, das schädigende Giftstoffe auswaschen kann.

Über ihre Erfahrung mit diesen Bädern berichtet uns Frau E. K. aus H.:

«Für all Ihre guten Ratschläge bin ich Ihnen sehr dankbar. Seit 1965 mache ich sie mir zunutzen. Nun möchte ich Ihnen noch schreiben, dass ich mit Reibesitzbädern guten Erfolg hatte und noch habe. Damit fing ich 1965 an. Ich war damals 49 Jahre alt, die Blutung setzte wieder ein und ich musste zu einer Ausschabung. Ein Jahr später war es dasselbe und ein Jahr darauf wieder. Beim dritten Mal wollte ich mir die Gebärmutter entfernen lassen, da haben mir liebe Bekannte die Reibesitzbäder empfohlen. Ich mache also täglich dreimal 10 Minuten diese Bäder, danach ging ich

mit der Wärmflasche ins Bett. Nach drei Tagen hörte die Blutung auf. Trotzdem führte ich die Bäder weiter aus, jedoch nur zweimal täglich. Auch heute habe ich noch nicht damit aufgehört. Ich denke, sie können nur zum Vorteil sein. Wenn ich einige Zeit damit aussetze, dann merke ich, dass ich sie brauche.»

Falls Sie, liebe Leserinnen und Leser, das Reibesitzbad zu Hause anwenden wollen, so fordern Sie von uns eine Beschreibung an.

BIOCHEMISCHER VEREIN ZÜRICH

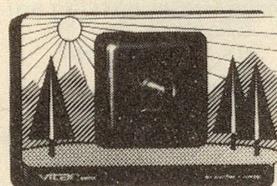
Einladung zum öffentlichen Vortrag:
Dienstag, 18. September 1990, 19.45 Uhr, im Vereinshaus Glockenhof, Sihlstr. 33, Zürich.

Thema: Wie gehen wir verschiedene Krankheiten mit den Funktionsmitteln/Mineralsalzen nach Dr. Schüssler an? Welche Salze? Welche Heilkräuter?

Bundesrat Flavio Cotti sagt im BUWAL-Bulletin «Saubere Luft – gesundes Leben»:

«Wir alle atmen unsere eigene Abluft

Bei der heutigen Luftverschmutzung geht es ganz direkt um unsere Gesundheit. Wir wissen heute, dass ein Zuviel an Luftschadstoffen bei Kindern, Lungenkranken und geschwächten Menschen häufigere oder chronische Atemwegserkrankungen hervorrufen kann... tun wir etwas für reinere Luft, für unsere Gesundheit.»



VITAR Typ 240 Raumluftreiniger/Ionisator.
Der Katalysator im Schlaf- und Kinderzimmer

Für Wetterföhliche, Astmatiker und Allergiker
ist gesunde Luft erste Voraussetzung zur Linderung ihrer Beschwerden.

Wie der VITAR 240 ohne Lärm und zugluftfrei Ihre Atemluft *sichtbar* auch von kleinsten, lungengängigen Schwebeteilchen reinigt, erfahren Sie aus unseren Unterlagen mit Attesten von High-Tech Firmen, Ärzten, Spitätern sowie wissenschaftl. Instituten. Ein Schweizer Produkt, seit Jahren in alle Welt exportiert. Fr. 348. – 2 Jahre Garantie.

Verlangen Sie Unterlagen bei

LAURA IMPORT AG, Forelstrasse 6, CH-3072 Ostermundigen, Telefon 031 51 55 41