

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 48 (1991)
Heft: 8

Artikel: "Neues" in der Medizin weckt alte Erinnerungen
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-969805>

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: 05.04.2026

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

«Neues» in der Medizin weckt alte Erinnerungen

Es ist nun schon 35 Jahre her, dass Dr. h. c. Alfred Vogel während dreier Jahre bei sich in der Teufener Naturheilklinik einen Arzt und Schulmediziner in seine naturgemässen, ganzheitlichen Heilmethoden eingeführt hatte. «Seine Behandlungsmethoden waren so ganz anders, als ich es bis dahin an Universitäten gelernt oder als junger Assistenzarzt in verschiedenen Kliniken angewandt hatte», erinnert sich heute Dr. med. Konrad Drebingler aus dem bundesdeutschen Nidderau, der in all den Jahren ein Freund Dr. h. c. A. Vogels geblieben ist. In einem Brief an die «Gesundheits-Nachrichten» lässt er die Entwicklung in der modernen Medizin aus seiner Sicht Revue passieren und zieht Vergleiche mit den frühen Erkenntnissen Dr. h. c. A. Vogels. Interessante Feststellungen, die wir unseren Leserinnen und Lesern nicht vorenthalten möchten.

«Die Medizin hat, wie alle naturwissenschaftlichen und technischen Wissenschaften, gewaltige und schnelle Fortschritte gemacht. Es wird behauptet, auf manchen Gebieten sei der Fortschritt so rasant, dass entsprechende Publikationen schon zum Zeitpunkt überholt sind, wenn sie die Druckerpresse verlassen. Ist das «Neue» aber wirklich immer so neu? Oder sind neue Erkenntnisse oft nur die wissenschaftlichen Bestätigungen eines alten Erfahrungsschatzes?

Wenn ich medizinische Literatur studiere, kommt öfters ein Lächeln auf mein Gesicht – und wenn meine Frau mich dann fragt, was mich so belustige, antworte ich: «Jeanne, hier «verkauft» wieder einmal ein Professor Ideen als neue Erkenntnisse, die mir «der Vogel aus der Schweiz» schon vor über dreissig Jahren erzählt und seinen Patienten empfohlen hat.

So las ich anfangs dieses Jahres, stärker als man noch vor Jahren geglaubt habe, sei die Ernährung an der Krebsentstehung beteiligt. Liebe Leserin, lieber Leser, der Sie vielleicht schon jahrelang die «Gesundheits-Nachrichten» verfolgen, ist diese Erkenntnis wirklich neu für Sie? Oder ist es in Wirklichkeit nur neu für diejenigen, die eben bisher an diesen Erfahrungsschatz nicht geglaubt haben? Nach anerkannten Schätzungen in den USA sind 35 Prozent aller Krebserkrankungen vorwiegend auf die Ernährung und 30 weitere Prozent auf das Rauchen zurückzuführen. Auf einem Ärztekongress wurde kürzlich ebenfalls der

Ernährung eine zentrale Rolle in den Grundsätzen der Krebsforschung zugewiesen. Allein durch eine Ernährungsumstellung und die Vermeidung des Nikotinmissbrauchs könne man bis zu 70 Prozent aller Krebserkrankungen verhindern.

Die richtige Ernährung zur Verhütung von Krebserkrankungen ist also nicht mehr nur die Ansicht bestimmter, abwertend als Aussenseiter bezeichneter Experten der naturgemässen Heilmethoden. Aber im Moment wird es als «neue», wissenschaftlich fundierte Erkenntnis der Medizin dargestellt.

Was man heute als richtige, das heisst gesunde Ernährung entdeckt hat, betrifft nicht nur die Vermeidung von Nahrungszusätzen wie Konservierungs- und Farbstoffe und sogenannte Umweltgifte, sondern die Zusammensetzung der Nahrung im allgemeinen. Die Ausrede – «ich kann mich vor einer Krebserkrankung sowieso nicht schützen, denn die Luft, die ich atme, und jede Nahrung, die ich esse, ist heute durch Chemikalien verunreinigt, darum esse ich nur, was mir schmeckt» – hat mancher gern auf den Lippen, um seine liebgewonnene, falsche Ernährung nicht aufgeben zu müssen. Aber sie zieht nicht! Eine gesunde, ausgewogene, vollwertige Ernährung könnte vielen jedem zur Gesundheit verhelfen.

Der Dickdarmkrebs ist von allen Krebsarten hinsichtlich seines Zusammenhanges mit der Ernährung am besten untersucht

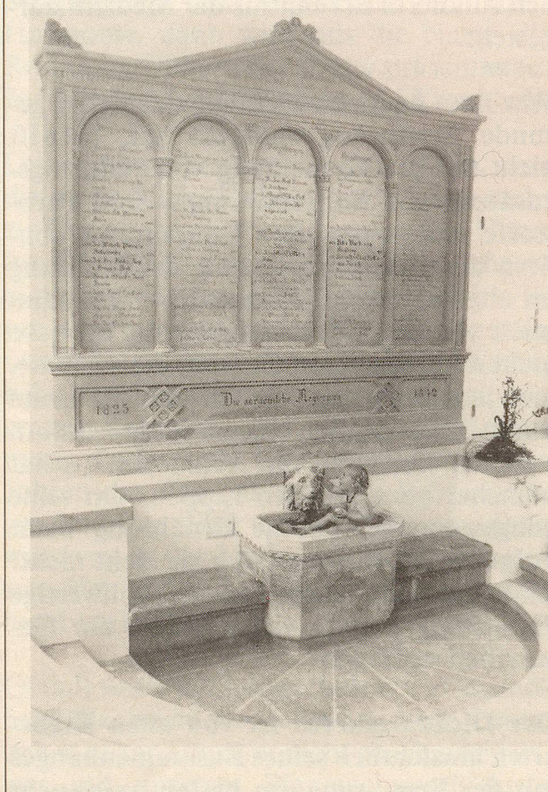
worden. Eine grosse Bedeutung in der Falschernahrung wird dabei den tierischen Fetten zugewiesen. Denn besonders das Zuviel an tierischen Fetten begünstigt die Entstehung von Dickdarmkrebs. Bestimmte Bakterien im Dickdarm wandeln die zusätzlichen Gallensäuren in krebserzeugende Stoffe um.

Es wird aber nicht nur bei den Fetten <gesündigt>. Während um die Jahrhundertwende noch 40 bis 60 Gramm Ballaststoffe, also vor allem Pflanzenfasern, mit der täglichen Nahrung zugeführt wurden, sind es heute nur noch 15 bis 20 Gramm. An die Stelle der Ballaststoffe traten immer mehr die raffinierten Kohlenhydrate in Form von Zucker, Weissmehl, weissem Reis, usw. Die Ballaststoffe sind aber ein wichtiger Schutz-

wall gegen den Dickdarmkrebs. Bei wenig Ballaststoffen verweilen die Nahrungsrückstände viel länger im Dickdarm, die Bakterienbesiedlung des Darmes ändert sich, was dann eben zur Umwandlung der Gallensäuren in zum Teil krebserregende Substanzen führt. Die Ballaststoffe andererseits können zur Entstehung von organischen Säuren beitragen, die einer möglichen Krebsentstehung entgegenwirken.

Essen Sie also, wie es Dr. Vogel schon seit Jahrzehnten erkannt hat, wenig tierische Fette, stellen Sie auf kaltgeschlagene Pflanzenöle um, vermeiden Sie die raffinierten Kohlenhydrate und erfreuen Sie sich beim Essen an viel Gemüse, Salaten und Obst als Grundlage.»

Erstes Schweizer Bädernuseum in Baden eröffnet



Erstmals in der Schweiz sind jetzt diese historischen Dokumente der Öffentlichkeit zugänglich: In Baden, der traditionellen Schweizer Bäderstadt, wurde auf Initiative des dortigen Kurdirektors im ehemaligen Inhalatorium der Schweiz erstes Bäderarchiv eröffnet. Gezeigt wird eine besonders interessante Auswahl von Reproduktionen (Aquarellen, Grafiken und Plakaten), die den Besuchern einen Einblick in die Bäderkuren des Mittelalters, der Feudal- und Bièdermeierzeit sowie der «Bell Epoque» gewähren.

Unser Bild: In diesem ehemaligen Trinkbrunnen vor einer der beiden prachtvollen und historisch aufschlussreichen Donatoren tafeln aus dem letzten Jahrhundert vergnügt sich ein junger Kurgast auf seine Weise. Donatoren ermöglichten seinerzeit auch armen Leute heilende Bäderkuren. Eine Broschüre über das Bäderarchiv kann beim Kur- und Verkehrsverein Baden bezogen werden. (BN)