

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 49 (1992)
Heft: 6: Der Sommer fordert die Allergiker heraus

Rubrik: Blick in die Welt

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>

Manche Senioren sind ungenügend ernährt



Alte Menschen brauchen viele Vitamine

Ältere Personen, die weniger als 45,4 kg wiegen, sind mit hoher Wahrscheinlichkeit unterernährt. Ihr Körper sollte zusätzlich mit lebensnotwendigen Nährstoffen versorgt werden. Im Rahmen einer Studie mit betagten Patienten wurde festgestellt,

dass das Körpergewicht bei Senioren leicht unter den kritischen Wert von 45,4 kg sinken kann. Persönliche Befragungen und medizinische Tests legten verschiedene Beschwerden offen, welche zur gefährlichen Unterernährung führen oder diese begünstigen können. Sozial isolierte und bedürftige Personen neigen offenbar am stärksten zu Untergewicht.

Es ist deshalb wichtig, sich besonders im Alter mit zusätzlichen Mineralstoffen und Vitaminen zu versorgen. Dabei sollte man allerdings darauf achten, dass diese Zugaben aus natürlichen Quellen (z.B. A. Vogels Multivitamin-Kapseln) stammen und nicht künstlich hergestellt wurden.

Ayurveda Gesundheits-Zentrum in Walzenhausen

Letzten Monat wurde im Appenzeller Dorf Walzenhausen die erste Ayurveda-Klinik Europas eröffnet.

Ayurveda heisst auf deutsch: Wissenschaft vom Leben. Es ist das älteste bekannte Medizin-System. Sein Ursprung liegt 5000 Jahre zurück im antiken Indien. Heute wird dieses sanfte medizinische Konzept in Indien an 125 Universitäten gelehrt. Ayurveda geht davon aus, dass

eine Krankheit dann entsteht, wenn das innere Gleichgewicht des Menschen gestört ist – körperlich, seelisch oder geistig. Diagnose und Therapie werden ganzheitlich und umfassend durchgeführt. Der Mensch in seiner ganzen Persönlichkeit steht dabei im Mittelpunkt. Behandelt werden nicht Symptome von Krankheiten, sondern deren Ursachen.

Wir leben länger, aber nicht gesünder

Die Lebenserwartung ist heute weltweit auf durchschnittlich 65 Jahre angestiegen. Wie die Weltgesundheitsorganisation (WHO) bekanntgab, bedeutet dies allerdings nicht, dass die Gesundheit der Weltbevölkerung sich allgemein verbessert habe. Vor allem unter den älteren Menschen habe die Zahl der Gebrechlichen und Kranken zugenommen. So sind von den 50 Millionen jährlichen Todesfällen 46,5 Millionen auf Erkrankungen zurückzuführen.

An infektiösen und Parasiten-Krankheiten sterben jährlich 17,5 Millionen Menschen, an Herzkrankheiten etwa 12 Millionen. 1990 wurden 12 Millionen neue Krebs-Fälle registriert, insgesamt leiden etwa 20 Millionen Menschen an Krebs. Die WHO sagt ausserdem eine weitere Zunahme der krebsbedingten Todesfälle voraus: Von 1985 bis 2015 würden sie sich von 4,9 auf 9 Millionen pro Jahr erhöhen.

Während sich die infektiösen und Parasiten-Krankheiten weitgehend auf die Bevölkerung der Dritten Welt beschränken, wo Hunger und Not und ungenügende Hygiene herrscht, fällt in dieser Statistik wieder einmal der hohe Anteil der Krebs- sowie Herz- und Kreislauftodesfälle auf. Und diese ereignen sich hauptsächlich in unserer hochzivilisierten Welt, wo uns alle erdenklichen Nahrungs- und Genussmittel zur Verfügung stehen. Da kann das Postulat nur heissen: Das Zurückfinden zu einer ballaststoffreichen, einfachen, aber vollwertigen und naturbelassenen Nahrung müsste endlich auf breiter Basis durchgesetzt werden.