

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 51 (1994)  
**Heft:** 1: Prostataleiden : Männer, knackt die Nuss!

**Vorwort:** Editorial  
**Autor:** Brunner, Ruedi

### **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:** 02.05.2026

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

# INHALT

## DER NATUR AUF DER SPUR ....4

### RATGEBER

Die neue Winterfibel  
von A.Vogel.....6

### THEMA DES MONATS

Das Leiden der Männer  
an der Prostata .....8

### ZU GAST BEI UNS

Dr. U.Weilenmann,  
Biologischer Zahnarzt 14

### GESUND DURCH DEN

JANUAR .....18

BILD DES MONATS .....19

### SERIE

Vitamin B12, der Stoff  
für Blut und Nerven.....20

### HEILPFLANZEN

Die wundersame Kraft  
der Misteln .....23

### GANZHEITSKLINIKEN

Mayr-Diät im Kurhotel  
Rickatschwende .....25

### LESERFORUM

Erfahrungsberichte  
und Selbsthilfeforum ...29

## Liebe Leserinnen, liebe Leser

Auch begeisterte Vertreter der natürlichen Heilkunde sind zuweilen unsicher. Sind die hin und wieder öffentlich diskutierten Bedenken hinsichtlich des Alkohols in Heilpflanzentinkturen gerechtfertigt oder nicht? – Wir können Sie beruhigen: Ärztliche Erkenntnisse belegen heute ausführlich, dass der im Verhältnis zur einzunehmenden Dosis minime Alkoholgehalt in den Naturheilmitteln sogar für schwangere Frauen und für Kleinkinder absolut unbedenklich ist.

Wie bei so vielen anderen Themen scheint es auch bei diesem schwierig zu sein, zwischen simplen Pauschalurteilen und einer differenzierten Betrachtungsweise zu unterscheiden. Alkohol kann tatsächlich eine sehr gefährliche und lebenszerstörende Droge sein, doch kommt es immer auf die Dosis an. Fast alles, was sich im Übermass negativ, ja höchst giftig

auswirkt, kann in anderer, zum Beispiel homöopathischer Form eine heilende Wirkung erzeugen. So hat man die Impfstoffe entdeckt, und auf diesem Grundsatz basiert auch die Naturheilkunde.

Was die Dosis bei einem Pflanzenheilmittel betrifft, sei folgendes festgehalten: Die menschliche Leber ist in der Lage, pro Stunde bis zu 7 g Alkohol natürlich abzufangen, was bei einer Tinktur dem Alkoholgehalt von über 300 Tropfen (stündlich!) entspräche. Verordnet werden aber z.B. 30 bis 40 Tropfen – täglich. Bei Kleinkindern ist die Leistungsfähigkeit der Leber etwa zehnmal kleiner, genügt aber bei weitem, um die minimale Alkoholdosis – z.B. dreimal täglich 1 Tropfen im ersten Lebensjahr – leicht aufzufangen.

Alkohol ist ein natürliches Konservierungsmittel. Die Naturheilmittel enthalten nur Trinkalkohol, der aus rein pflanzlichen Rohstoffen hergestellt wird. Höchst aufschlussreich ist auch noch die heute unbestrittene Feststellung, dass eine reife Banane oder ein reifer Apfel ebensoviel Alkohol enthalten wie eine Tagesdosis einer Heilpflanzentinktur. Wer spricht schon von der Alkoholproblematik bei reifen Früchten?

Herzlichst, Ihr

*Zuedi Stumm*

