

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 51 (1994)  
**Heft:** 11: Johanniskraut bringt Sonne ins Gemüt  
  
**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:** 04.02.2026

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



## Was ist dran am Sonnenblumenölschlürfen?

Kürzlich wurde zum erstenmal die Wirkungsweise des Ölschlürfens, eines alten russischen Naturheilverfahrens, in den Niederlanden wissenschaftlich untersucht. Dr. Rosi Frey fand heraus, daß 40% der Patienten zwischen 35 und 73 Jahren eine völlige bis erhebliche Besserung ihrer Beschwerden verzeichneten. Weitere 40% der Versuchspersonen spürten eine mäßige Besserung ihrer Symptome, während 20% keinerlei Linderung beobachteten.

Scheint die statistische Zahl der Heilerfolge nicht so beeindruckend, verblüfft doch die breite Palette der behandelbaren Krankheiten: Depressivität, Müdigkeit, Schlaf- und Konzentrationsstörungen, Gelenk- und Rückenbeschwerden, Muskelkrämpfe, Magenschmerzen, Erkältungen und Migräne. Selbst gegen Appetitlosigkeit, Schwerhörigkeit, kalte Füße und Hautjucken soll das Ölschlürfen helfen.

Fazit der holländischen Ärztin: «Eine Kur, so kostensparend, so einfach und mit solch hoher

Erfolgsrate, sollte bei der Behandlung chronischer Beschwerden immer Platz haben, auf jeden Fall aber als zusätzliche unspezifische Entgiftung eingesetzt werden.»

Und so wird es gemacht: Kaltgepreßtes Sonnenblumenöl – mindestens ein Teelöffel, höchstens ein Eßlöffel – wird im Mund-Rachenraum für 15 bis 20 Minuten langsam geschlürft, gekaut, durch die Zähne gezogen. Die so entstandene gelb-weißliche Flüssigkeit muß unbedingt ausgespuckt werden, da sie giftige Ausscheidungsprodukte enthält. Der Mund sollte danach ausgespült, die Zähne geputzt werden.

## Schnellere Infarktdiagnose

Fast gleichzeitig wurden in den USA und in Heidelberg zwei neue Labortests entwickelt, die künftig für die Behandlung von Herzinfarktpatienten bedeutend sind. Waren in der Vergangenheit bis zu 24 Stunden nötig, um einen Infarkt sicher nachzuweisen, ermöglichen die neuen Verfahren eine sichere Diagnose schon nach 25 Minuten. Ein so früher Befund verbessert die Heilungschancen entscheidend.



### AESKULAP-KLINIK

**Erstes Zentrum für Biologische  
Ganzheitsmedizin in der Schweiz**

**Individuelle ganzheitliche Behandlung über die Anregung der Selbstheilungskräfte – im Gegensatz zur Symptombehandlung.**

15 Ärzte und Zahnärzte mit breiter schulmedizinischer Ausbildung und grosser Erfahrung in allen wichtigen Bereichen der Biologischen Medizin. Behandelt werden mittels naturgerechter Therapien u.a. rheumatische Leiden und Rückenleiden, Hautkrankheiten und offene Beine, Migräne, chronische Schmerzzustände, Magen-, Darmkrankheiten, Heuschnupfen.

**Sehr grosse Erfahrung in allen biologisch-medizinischen Krebstherapien, inkl. Vorsorge und Nachbehandlung.**

Erfolg sogar bei sogenannt therapieresistenten Krankheiten. Verbesserung der Lebensqualität bei schwer heilbaren Leiden. Abteilung für ganzheitliche komplementäre Zahnmedizin.

**Seit Sommer 1994 sind auch ambulante Behandlungen möglich.**

Täglich medizinischer Auskunftsdienst von 11.00 bis 12.00 und 16.00 bis 18.00 Uhr. Telefon 043/33 11 22, Fax 043/31 14 44

**AESKULAP-KLINIK • CH-6440 BRUNNEN**

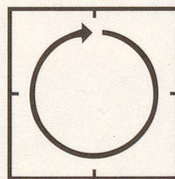
### Krank? Pflegebedürftig?

Unsere Mitarbeiterinnen übernehmen Pflege und Haushalthilfe bei Ihnen zu Hause.

#### Unsere Stärken:

- Professionelle Pflege
- Menschliche Betreuung
- Einsatzzentrale 24 Stunden besetzt, daher jederzeit Notfallbetreuung möglich
- Immer in Ihrer Nähe

Weitere Auskunft erteilt Ihnen gerne



RUND UM DIE UHR

### KRANKENPFLEGE NOTRUF

**Notrufzentrale  
deutsche Schweiz**

Walter Steck AG

**01/725 02 14**