

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 52 (1995)  
**Heft:** 3: Neurodermitis und Naturheilkunde : ein Weg aus der Sackgasse

**Artikel:** Was unser Körper mit einem stechenden Gas so alles anfängt  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-557597>

### **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:** 21.02.2026

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



# Was unser Körper mit einem stechenden Gas so alles anfängt

Chlor ist einer der sieben Mineralstoffe, die im menschlichen Körper in relativ großer Menge vorkommen. Eigentlich ist es ein gelb-grünes, stechend riechendes Gas. Seine Verbindung mit Wasserstoff löst sich leicht in Wasser, die wäßrige Lösung heißt Salzsäure und kommt im Magen des Menschen vor. In Verbindung mit Metallen bildet Chlor Salze, die sogenannten Chloride. Im Organismus ist Chlorid zusammen mit Natrium zuständig für die Regulierung des Wasserhaushalts und die Aufrechterhaltung des osmotischen Drucks an den Zellwänden. Außerdem ist Chlorid Bestandteil von Knochen und Magensäure.

Im Körper des Menschen kommt Chlorid mit einem Bestand von etwa 80 bis 100 Milligramm vor. Aufgenommen wird es hauptsächlich in der Form von Natriumchlorid, was ja nichts anderes als Kochsalz ist. Überflüssiges Chlorid wird vorwiegend über den Harn und den Schweiß ausgeschieden. Wie wir schon bei der Beschreibung des Minerals Natrium (GN 1/95) betont haben, kommt es normalerweise nicht zu Mangelerscheinungen beim Chlorid, weil wir eher zuviel als zuwenig kochsalzhaltige Lebensmittel verbrauchen. Neuere Untersuchungen haben gezeigt, daß Natrium vor allem in Verbindung mit Chlorid befähigt ist, den Blutdruck zu erhöhen. Chloridmangel, der sogar lebensbedrohend sein kann, entsteht unter Umständen durch ständiges Erbrechen.

## Zuviel oder zuwenig Magensäure. Was tun?

Ein Zuviel an Magensäure äußert sich durch saures Aufstoßen, Magenbrennen und Sodbrennen. Vielfach werden dagegen Medikamente verordnet, die Magensäure binden. Diese Störungen lassen sich aber ebenso gut auf natürliche Weise bekämpfen. Indem man nämlich eine ausgewogene Vollwertnahrung ohne Röststoffe (gebratenes Fleisch!), scharfe Gewürze, Fabrikzucker, Koffein und Alkohol bevorzugt. Bei einem akuten Fall von Übersäuerung kann man sich helfen durch die Einnahme von Heilerde, mit Tees aus Kamille oder Fenchel oder durch eine 10- bis 14tägige Kur mit wenig frischgepreßtem Kartoffelsaft.

Das Verdauungsenzym Pepsin, zuständig für den Eiweißabbau, kann nur richtig funktionieren, wenn das Magenmilieu durch die Salzsäure den entsprechenden Säuregrad hat. Fließt zuwenig Magensäure, läßt sich mit viel Bewegung, Leibmassagen, Wassertreten, Wechselfußbädern, Fenchelpulver, Tee aus Tausendgüldenkraut oder Papaya als pflanzlichem Verdauungsenzym oder mit homöopathischen Mitteln abhelfen.

*Homöopathische Mittel, die über einen Zeitraum von mehreren Wochen eingenommen werden können:*

- bei der Neigung, zu hastig und zu viel zu essen:  
*A. Vogel Nux vomica D4*
- bei saurem Aufstoßen:  
*A. Vogel Natrium phosphoricum D6*
- bei Sodbrennen:  
*A. Vogel Magen-Tabletten Gastronol (nur CH)*

*Reine Pflanzenheilmittel*

- bei zuwenig Magensäure:

*Gastrosan von A. Vogel (in D: Gentiasan)*

*A. Vogel Centaurium umbellatum (Tausendgüldenkraut-Tinktur, in D: -Tropfen)*

*A. Vogel Papaya-Frucht-tabletten enthalten das Verdauungsenzym Papain, das im Fruchtpulver der Papaya vorkommt. (In D ist Papayaforce erhältlich)*

*(Siehe auch GN 12/94)*