Editorial

Objekttyp: **Preface**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **53 (1996)**

Heft 5: **Muttermilch : damit es ein Prachtkind wird**

PDF erstellt am: **28.03.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

INHALT

DER NATUR AUF DER SPUR ... 4

THEMA DES MONATS
Die beste Babynahrung ist die Muttermilch 6

GEBURTSVORBEREITUNG
Neu: Hebammen bieten Kurse an 11

FASTEN MIT GEMÜSESAFT
Wie Sie vorgehen, wenn Sie fasten wollen 12

DER KLEINE TIERARZT
Ernährung kleiner Haustiere, 3. Teil 16

KÄSE
(Bio-)Käse: Naturnah, vollreif und gesund 18

DIE PRAKTISCHE SEITE 22

BILD DES MONATS 23

THERAPIE
Kastanien helfen bei Venenbeschwerden 24

AUF DEM SPEISEPLAN
Spargel 26

AUS ALTER ZEIT
Zur Geschichte der Kräuterbücher 27

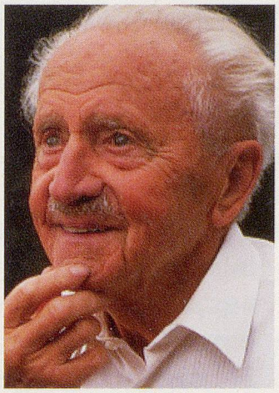
KOMPLEMENTÄRMEDIZIN
Homöopathie 32

LESERFORUM
Erfahrungsberichte und Selbsthilfeforum ... 33

BLICK IN DIE WELT 36

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Junge Mütter sollten sich dessen bewusst sein, dass es nichts besseres gibt, um den Säugling gesund zu erhalten, als die Muttermilch. Voraussetzung dafür ist die vernünftige Lebensweise der Mutter, denn davon hängt die Qualität der Muttermilch ab. Alle Störungen bei der Mutter wie Gärungen, Durchfälle, übermässiger Alkoholgenuss, Nikotin, Drogen, schmerzstillende Tabletten, Beruhigungs- und Schlafmittel, also alle starken chemischen Stoffe, wirken wie Gift und werden auf die Muttermilch übertragen. Ebenso muss die seelische Situation berücksichtigt werden. Eine aufgeregte und gestresste Mutter wird eine Reaktion beim Säugling beobachten, weil sich ihre Nervosität auf das Kind überträgt. Nicht umsonst sagt der Volksmund, dass man etwas durch die Muttermilch einsaugt. Die Mutter muss zuerst einmal über eine gesundheitlich gute Grundlage verfügen. Das erreicht sie durch einen ausgeglichenen Tagesablauf und eine gesunde Ernährung.



Oft wird die Frage gestellt, ob und ab welchem Alter man einem Säugling Frischpflanzenextrakte verabreichen darf. Praktisch genommen schon von den ersten Tagen an. Ich habe oft beobachtet wie Mütter, zum Beispiel ein nierenanregendes Mittel dem Baby tropfenweise von ihrem Finger auf die Zunge gegeben haben. Es hat vielleicht ein wenig das Gesichtchen verzogen, weil es bitter schmeckte, aber das Mittel wurde ohne weiteres eingenommen. Ein Tropfen eines Frischpflanzenpräparates oder eines homöopathischen Mittels kann beim Säugling sehr gut wirken.

Es ist auch erwiesen, dass Frischpflanzenpräparate, die äusserlich eingerieben werden, gute Ergebnisse erzielen. Wenn die Niere schlecht arbeitet, dann reibt man zum Beispiel Goldrutentropfen auf die Nierengegend. Das Mittel wird dann durch die Haut aufgenommen, wodurch die Nierenfunktion angeregt wird. Auch bei Erwachsenen ist schon festgestellt worden, dass Einreibungen auf die Haut Organfunktionen angeregt haben. Man sollte diese Möglichkeit nicht ausser acht lassen, besonders bei sensibel reagierenden Menschen.

Herzlichst, Ihr A. Vogel

(aus: Gesundheits-Nachrichten, April 1986)