Objekttyp: **TableOfContent**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **7 (1949-1950)**

Heft 9

PDF erstellt am: **29.04.2024**

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

TEUFEN, September 1950 Siebter Jahrgang - Nr. 9

A. Z.
VILLMERGEN

Gesundheits-Nachrichten

MONATSZEITSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE

Naturgemässe Ernährung, Körperpflege und Erziehung

Jahresabonnement:	Redaktion und Verlag: A. Vogel, Teufen	Vertriebsstelle für Österreich:	Insertionspreis:
Inland . . . . . Fr. 4.50	Telefon (071) 3 61 70 Postcheck IX 10775	Dr. Günther, Rechenweg 1 g, Innsbruck	Die 1spaltige mm-Zeile 30 Rp.
Ausland . . . . Fr. 5.70	Druck: Isenegger & Cie., Villmergen	Abonnementspreis: 10 Sch. Postcheck-Nr. 129,335	Bei Wiederholungen Rabatt

AUS DEM INHALT:

1. *Baldrian* 65
2. *Erkältungskrankheiten, Rheuma, Gicht und Ischias* (Vortrag) 65
3. *Bei unsern Pflanzenfreunden* 67
4. *Gesundheitliches Potpourri* 68
5. *Die Giftspritze* 69
6. *Unsere Heilkräuter:* Valeriana officinalis (Baldrian) . 70
7. *Fragen und Antworten:*
   a) Folgen operativ entfernter Krampfadern . . . 70
   b) Die Notwendigkeit individueller Dosierung . . 71
8. *Interessante Berichte aus dem Leserkreis:*
   a) Einfache Behebung eines chronischen Schnupfens und Katarrhs 72
   b) Ursächliche Behandlung bei Lungendrüsenerweiterung 72

Baldrian

Rosafarbne, hochgewachsne Dolde,
Bist auch du uns hilfreich, holde,
Oder lebst für dich allein
Du mit unbesorgtem Sein?
«Keineswegs,» meint Baldrian,
«Denn ich wirke, was ich kann,
Dass mit unscheinbarer Macht
Schlafreich werde deine Nacht.
Wenn dir stetig Gram und Kummer
Raubt die Ruhe und den Schlummer,
Meine Wurzel scharf und tief
Ich zu deiner Hilfe rief.
Riecht sie auch recht widerlich,
Aendert sie den Schlaf für dich,
Und du musst in dieser Zeit
Bannen deines Körpers Leid,
Bannen deines Körpers Plage,
Denn nicht immer stillt die Klage
Dir wohl mein Narkotikum,
Und du musst, ich sag es drum,
Mich nur dann und wann geniessen,
Nur so werd' ich nicht verdriessen
Dir dein wohlbedacht Vertrauen,
Freundlich magst du mich beschauen
Dann und wann, doch immer nicht,»
Baldrian sagt es ehrlich, schlicht.
Ist er auch nicht sehr beliebt,
Ist er drob nicht stark betrübt,
Denn das Leben ihm gefällt
Mitten in der Pflanzenwelt,
Mitten in der Lichtung schön,
Wo all seine Freunde steh'n.
So füllt jedes seinen Platz
Mit dem ihm verliehnen Schatz,
Baldrian ist wohl zufrieden,
Dass ihm diese Gunst beschieden.

Erkältungskrankheiten, Rheuma, Gicht und Ischias

Vortrag von A. Vogel, gehalten am 21. Februar 1950 im Vereinssaal (Palmsaal), Bern

Alle, die an Rheuma, an Arthritis oder an Gicht leiden, wissen, dass es sich hiebei wohl nicht um eine Krankheit handelt, an der man ohne weiteres stirbt, wohl aber um eine Krankheit, die einem viel Leiden verursacht. Es ist daher bestimmt von Nutzen, sich einmal mit diesem Gebiet zu befassen. Bei den Erkältungskrankheiten sagt man allgemein, dass die Erreger dabei eine wesentliche Rolle spielen würden. Wenn man nun kontrolliert, dann wird man bei vielen Menschen Bakterien finden, die aber nicht immer eine Erkältungskrankheit auslösen. Dies können wir bei einer Touristengruppe, die dem Regen preis gegeben ist, gut feststellen, denn die einen werden sich durch die Durchnässung und Erkältung eine Lungenentzündung einholen, die andern eine Brustfellentzündung, andere wieder eine Nierenentzündung, und dann gibt es auch noch solche, denen überhaupt nichts fehlen wird, trotz den gleichen Strapatzen, die sie durchgemacht haben. Woran liegt es nun, dass die einen erkranken, die andern aber nicht? Es liegt ganz bestimmt an der Abwehrkraft, an den Immunitätsstoffen, die zur Verfügung stehen. Wir müssen uns nun in erster Linie klar sein, ob wir gegen einen Uebelstand ankämpfen sollen oder ob wir die dazu führenden Voraussetzungen oder Grundursachen beachten und beseitigen wollen? Diese Fragen nun sind ausschlaggebend in unsrer Hilfeleistung bei den erwähnten Krankheiten. Bei klarer Ueberlegung muss man bestimmt zu der Schlussfolgerung gelangen, dass das Letztere interessanter und erfolgreicher ist, denn es gibt Menschen, die sich überhaupt nie erkälten, wiewohl sie dem Regen öfters ausgesetzt sind, wiewohl sie ihren Körper, wenn auch ungewollt, dann und wann belasten und doch sehen wir, dass sie Jahre, Jahrzehnte ohne Erkältung, ohne Rheuma oder dergleichen mehr bleiben können. Wir werden wohl auch bei ihnen die Erreger von Krankheiten vorfinden, aber sie werden sich nicht entwickeln können und warum nicht? Nun ganz einfach, weil der Boden, die Voraussetzungen nicht da sind. Wollen wir in unserm Körper erfolgreich gegen eine Krankheit ankämpfen, dann ist es notwendig, dafür zu sorgen, dass der Nährboden, der zur Entwicklung der Bakterien und somit zur Förderung