

Objektyp: **TableOfContent**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

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

Heft 12

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.library.ethz.ch)

<http://www.e-periodica.ch>



# Gesundheits-Nachrichten

MONATSZEITSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE  
Naturgemässe Ernährung, Körperpflege und Erziehung

|   |  |  |   |
|---|--|--|---|
| <b>Jahresabonnement:</b><br>Inland . . . . . Fr. 4.50<br>Ausland . . . . . Fr. 5.70 | <b>Redaktion und Verlag: A. Vogel, Teufen</b><br>Telefon (071) 3 61 70 Postchek IX 10 775<br>Druck: Isenegger & Cie., Villmergen | <b>Vertriebsstelle für Österreich:</b><br>Dr. Günther, Rechenweg 1g, Innsbruck<br>Abonnementspreis: 10 Sch. Postchek-Nr. 129,335 | <b>Insertionspreis:</b><br>Die 1spaltige mm-Zelle 30 Rp.<br>Bei Wiederholungen Rabatt |
|---|--|--|---|

**Bibernelle**

Nein, im Sommer schaut dich niemand an  
 Unscheinbare Bibernelle,  
 Denn an Schönheit bist du übel dran,  
 Keiner neidet dich um deine Stelle.  
 Selbst dein Duft erinnert nicht an holde Blüten,  
 Und doch stehst du ganz geduldig da,  
 Denn du weisst, du wirst behüten  
 Manchen vor gewissem Schaden ja.  
 Lass es erst nur einmal schneien,  
 Lass die kalten Nebel kriechen durch das Tal,  
 Solche Zeit wird dir viel Gunst verleihen,  
 Und man rühmt dich überall:  
 Bibernelle, Bibernelle,  
 Pimpinella auch genannt,  
 Hilfst bei Husten gern und schnelle,  
 Bist bei Heiserkeit bekannt,  
 Ja, dich meiden keine Leiden,  
 Die den Atem jäh bedroh'n,  
 Bist im Sommer du bescheiden,  
 Erntest du doch deinen Lohn,  
 Wenn in seiner ganzen Strenge  
 Uns der Winter hüllet ein,  
 Dann für dich die bange Enge  
 Wird dahin, verschwunden sein.  
 Darum mühst du gern dich wieder,  
 Wenn zur frohen Frühlingszeit  
 Voller Duft erblüht der Flieder,  
 Amseln singen weit und breit,  
 Dann gräbst du in aller Stille  
 In der Erde reichen Schoss  
 Deine Wurzeln und dein Wille  
 Wendet dein bescheidnes Los,  
 Denn mit nimmermüden Händen  
 Unscheinbares Blütenkind  
 Darfst du reichlich Segen spenden  
 Trotz dem Schnee, dem Eis, dem Wind!

AUS DEM INHALT: Seite

|  |    |
|--|----|
| 1. Bibernelle  | 89 |
| 2. Erkältungskrankheiten, Rheuma, Gicht und Ischias<br>(3. Fortsetzung)                              | 89 |
| 3. Erkältungen in der Uebergangszeit   | 91 |
| 4. Ueber die Behandlung von Angina pectoris  | 92 |
| 5. Schulmediziner und ihre Einstellung zur<br>Naturheilmethode                                       | 92 |
| 6. Angstpsychosen  | 93 |
| 7. Unsere Heilkräuter: Pimpinella saxifraga und major  | 93 |
| 8. Fragen und Antworten:<br>Augenleiden und ihre Behandlung  | 94 |
| 9. Interessante Berichte aus dem Leserkreis:<br>Rasche Heilung von Gürtelrose<br>Unerwartete Wirkung | 95 |
| 10. Warenkunde: Gespritztes Obst   | 95 |

## Erkältungskrankheiten, Rheuma, Gicht und Ischias

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

(3. Fortsetzung)

Was kann nun bei arthritischen Leiden ferner noch als Grundursache mitwirken? Eine mangelhafte Nierentätigkeit, wie auch eine mangelhafte Leberfunktion. Immer wieder stellt man bei all den an Rheuma und Arthritis Erkrankten ein hohes spezifisches Gewicht ihres Urins fest, wie auch eine mangelhafte Ausscheidung der Urate, der harnsauren Stoffe. Bei Urinanalysen lassen sich daher immer wieder die gleichen Feststellungen machen, das gleiche Bild beobachten. In Tausenden von Fällen zeigen sich die gleichen wesentlichen Merkmale, so dass man dadurch auch den entsprechend geübten Blick zur richtigen Beurteilung dieser Erscheinung erhält. Manch einer wundert sich zwar darüber, wieviel ohne jegliche weitere Angaben allein aus der Urinanalyse ersichtlich ist. Jedem nun, dessen Analysenbild rheumatische oder arthritische Erkrankung aufweist oder auch nur die Neigung dazu zu erkennen gibt, ist ernstlich anzuraten, seine Nieren gut zu pflegen. Es wird hiebei von nicht geringem Nutzen sein, sich von Zeit zu Zeit durch eine Urinanalyse Klarheit zu verschaffen, ob die Nierentätigkeit mangelhaft oder normal ist. Zeigt sich ein Mangel, dann müssen wir ihr unbedingt nachhelfen. Ausser der Urinanalyse lassen uns noch andere, einfache Merkmale ein mangelhaftes Arbeiten der Niere feststellen. So können wir zum Beispiel das Quantum der Ausscheidung prüfen, das täglich 1½-2 Liter betragen sollte. Wird es nicht erreicht, dann heisst es, zu einem guten Nierentee greifen. Wir können ferner die Farbe des Urins prüfen. Ist diese hell und wässrig, ja sogar wasserklar, dann ist die Ausschei-