Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 21 (1964)
Heft: 10

Artikel: Neuzeitliche Probleme
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-553398

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: 14.07.2025

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

sige Würze Kelpamare und der Suppenextrakt Kelpaforce besitzen, wie ihr Name verrät, ebenfalls die erwähnte, förderliche Beigabe. Auf diese Weise ist es möglich, sich vielseitig und abwechslungsweise verschiedener Nahrungsmittel zu bedienen, die einem bestehenden Mangel entgegenzuwirken vermögen. Je mehr sich die Menschheit vermehrt, und je mehr die Zivilisationskrankheiten zunehmen, umso notwendiger ist es, dass das Meer mit seinem reichen Gehalt an Mineralbestandteilen als Nahrungslieferant zugezogen wird.

Neuzeitliche Probleme

Mit den mannigfachen Errungenschaften der Neuzeit entstanden auch entsprechende Probleme, die oft sehr schwer zu lösen sind. Die Nachteile wirken sich leider auch stark auf unsere Gesundheit aus. Denken wir nur an die erschreckende Zunahme des Krebsgespenstes ! Wieviele Menschen erschrecken nur schon, wenn sie das Wort Krebs hören. Einer unserer Bekannten war, als das ärztliche Urteil auf der Schwebe stand, ob er an Krebs erkrankt sei oder nicht, völlig aus dem seelischen Gleichgewicht geraten, obwohl er sonst eine robuste Natur war. Erst, als es klargestellt war, dass sein Zustand nichts mit Krebs zu tun hatte, konnte er sich wieder auffangen und sein Leben von überlegener Warte aus betrachten und leiten.

Es ist allerdings verkehrt, sich gerade dann aus dem Geleise bringen zu lassen, wenn uns eine grosse Gefahr gegenübersteht, sollten wir diese doch im Gegenteil durch Überlegenheit zu meistern suchen. Es ist eine erwiesene Tatsache, dass, wer sich durch die Angst beherrschen lässt, schon halb verloren hat. —

Hätte man überhaupt nicht immer wieder versucht, die aufgetretenen Schwierigkeiten zu überwinden, dann hätte man wohl aus der allgemeinen Not keinen Ausweg gefunden ! Wohl mag man anfangs gewissermassen hilflos vor unbekannten Auswirkungen verkehrter Einflüsse stehen, mit der Zeit findet der forschende Geist durch unermüdliche Beobachtung und Anwendung fördernder Hilfsmittel doch das notwendige Verständnis. Meist kann man nicht nur auf ein spezifisches Heilmittel abstellen, denn in der Regel ist es angebracht, alles, was eine Krankheit auslösen konnte, nach Möglichkeit zu meiden. Dies erfordert auch eine störungsfreie Diät, die vor allem die Leber schont und entlastet. Auch die richtige Essenstechnik muss beachtet werden. Ferner sollten Entspannung, Bewegung, sowie Atmung unbedingt zu ihrem Rechte kommen, was anderseits auch wieder den seelischen Zustand zu heben vermag und der Psychotherapie hilft, ihre Aufgabe erfolgreich zu lösen. Mit innerer Ruhe und Zuversicht ist viel gewonnen. Physikalische Anwendungen müssen stets auf den individuellen Zustand des Kranken abgestimmt sein, und die Regel, dass schwache Reize anregen, während starke Reize zerstören, muss stets beachtet werden. Hand in Hand mit diesen Hilfsfaktoren werden die entsprechenden Naturheilmittel in ihrer guten Wirkung wesentlich unterstützt, so dass eine Besserung des Zustandes in der Regel nicht ausbleibt.

Selbst bei Krebs leisten die erwähnten Möglichkeiten gute Hilfe. Eines der wirksamsten Naturmittel ist in diesem Falle Petasites. Die Darmflora, die einer Verbesserung bedarf, können wir mit Bioferment regenerieren, und gleichzeitig werden wir mit guten Mitteln die Lebertätigkei unterstützen.

Bestätigende Beweise

Immer wieder haben wir Gelegenheit von den Patienten zu erfahren, welch unerwartete Hilfe sie durch die Beachtung natürlicher Methoden erfahren durften. — Erst kürzlich erzählte mir der Chef einer Lebensmittelorganisation, dass sein Vater, der an Kehlkopfkrebs erkrankt war und von ärztlicher Seite her wenig Erfolgsaussichten zu erwarten hatte, sich

der Naturheilmethode zugewandt habe. Er blieb unter ärztlicher Kontrolle, befolgte aber die Naturheilgrundsätze und nahm regelmässig die entsprechenden Mittel ein. Nach den Aussagen des Sohnes lohnte sich die Mühe, denn der Kranke fühlt sich heute sehr wohl, kann wieder sprechen, hat Appetit und nimmt an Kräften zu. Solche Erfahrungen bestätigen immer wieder, dass sich die Naturheilmethode, die die Ganzheitsbehandlung berücksichtigt, auf dem rechten Wege befindet. Besonders bei Krebs gibt es keine einseitige Behandlung, die einigermasser auf bleibenden Erfolg Aussicht haben kann. Ernährung, Lebensweise, seelische Beeinflussung zu bejahendem Denken und natürliche Medikamente können im gemeinsamen Zusammenwirken oft mehr erreichen, als was wir zu hoffen wagen.

Hohe Absätze oder gar keine

In Gegenden, in denen Schuhe ein unbekanntes Kleidungsstück sind, spielt die Absatzfrage keine Rolle, wohl aber bei uns. Zwar hat sich nicht nur die moderne Frau der Neuzeit den hohen, bedenklich schmalen Absatz auserkoren, denn wenn man einmal in den Städten Südamerikas spazieren geht, kann man darüber staunen, dass solche Absätze dort wohl noch weit mehr heimisch sind als bei uns. Ja, man gewinnt sogar den Eindruck, dort sei ihre eigentliche Geburtsstätte zu finden. Die liebe Eitelkeit ist weit verbreitet und wurzelt besonders bei jenen, die sich weniger zu geistigen Gütern hingezogen fühlen. Einmal hatten wir Gelegenheit, eine Indianerin, die im Elendsviertel von Lima wohnte, zu beobachten. Als sie die Gegend ihrer Behausung verlassen hatte, streifte sie eilends ihre unansehnlichen Schlappen von ihren Füssen, schob sie unter eine Baracke, zog sich nunmehr moderne Schuhe mit hohen Absätzen an und stolzierte wie eine schmucke Königin davon.

Wo es auf dem Lande keine gepflasterten Strassen gibt, ist der hohe Absatz sehr unbequem, denn wie leicht kann man mit ihm auf unebenem Grunde straucheln. Wer aber den einsamen Bauernhof, der sich mit seinem natürlichen Gelände, seinen Wiesen und Äckern nicht für hohe Absätze eignet, sondern vielmehr einen gesunden Schuh oder das Barfusslaufen erfordert, mit dem Stadtleben vertauscht, der kommt sehr leicht auch in die Versuchung, sich der heutigen Mode zu beugen und Schuhe mit hohen Absätzen zu wählen, wenn man mit ihnen auch noch so unsicher, ja sogar mit Schmerzen gehen muss. Eine Frau, die schon so geübt ist, hohe Absätze zu tragen, dass sie ohne diese nicht mehr auskommen kann, hat keinen normalen, gesunden Fuss mehr. Ihre Sehnen sind bereits so verkürzt, dass es sie schmerzt und ihr überhaupt Mühe bereitet, wenn sie ohne Schuhe auf den Füssen stehen muss.

Gesundheitliche Überlegungen

Oft wundert man sich darüber, dass besonders junge Mädchen entweder in hohen Absätzen daherstolzieren oder aber sich mit dünnen, absatzlosen Schläppchen abfinden. Beides ist in gleichem Sinne schädlich und verkehrt, hohe oder gar keine Absätze. Beides bringt den Fuss und mit ihm den ganzen Körper in eine unnatürliche Stellung, in der er rascher ermüden und Schaden leiden wird als beim Tragen von vernünftigen, gesunden Schuhen. Vor allem liegen dadurch Stauungen und die Bildung von Krampfadern im Bereich der Möglichkeit. Dass jedoch der Barfussläufer ohne Absätze gleichwohl keinen Schaden leidet, hat seinen natürlichen Grund. Er wird nie lange auf gepflasterten Strassen mit harter, ebener Unterlage laufen, sondern über Wiesen, Äcker oder Waldboden gehen, also unebene Flächen benützen, die den Fuss besonders in der Mitte stützen und ihn während des Gehens beständig massieren. Beurteilt man diesen Vorteil vom Standpunkt der Zonentherapie aus, dann wird man erfreut feststellen können, dass die-