

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Band:** 3 (1945-1946)  
**Heft:** 11  
  
**Rubrik:** Unsere Heilkräuter

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 09.11.2024

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

nastik, der gesunden Ernährung und andern Mitteln Gebrauch gemacht hat, was alles ohne Störung sogar in einem Höhenkurort durchgeführt werden kann. Kein vernünftiger Arzt sollte eigentlich etwas dagegen haben, wenn ein Patient zur Stärkung seines Körpers ein biochemisches Kalkpräparat einnimmt, damit zum Ausflicken der geschädigten Stellen auch die notwendigen Bausteine zur Verfügung stehen. Was soll der Arzt einwenden, wenn der Patient eingedickten Carottensaft einnimmt, wenn er zwei bis drei Mal täglich einige Tropfen Brennnesselsaft schluckt, was den Heilverlauf nur unterstützt? Dies wird bestimmt weder gegen seine Ehre, noch gegen sein allopathisches Prinzip verstossen, denn nach der Ansicht der Schulmedizin sind diese Präparate sowieso ohne speziellen Einfluss, weder im guten, noch im schlechten Sinne.

Wenn wir nun auch keine Möglichkeit besitzen, Tuberkulosekranke direkt zu behandeln, so möchten wir doch mit aller Eindringlichkeit darauf aufmerksam machen, dass nicht nur die Disponierten, sondern auch die als geheilt Entlassenen, die vielfach gut aussehend aus Davos oder einem andern Kurort herkommen, nachher dafür sorgen, dass sie mit natürlicher Nahrung, mit Kalkpräparaten und einer neuzeitlichen, vernünftigen Lebensweise das befestigen, was während ihres Höhenaufenthaltes notdürftig zusammengeflückt worden ist. So viele, oft erschreckend schnell erfolgende Rückfälle könnten bestimmt vermieden werden. Nicht umsonst sagt man in einem etwas satyrischen Sinne: Man kommt vollgemästet von Davos nach Hause, mit roten Backen und brauner Haut, um zu Hause zu sterben. Wenn dieser Satz auch nicht ganz stimmt, so enthält er doch ein grosses Körnchen Wahrheit. Bestimmt ist jeder vernünftige Naturarzt mit im Kampfe gegen die Tuberkulose dabei. Der Staat aber könnte in dieser Hinsicht noch manches zum Wohle des Volkes unternehmen. Er sollte vor allem die dumpfen, muffigen Altstadtwinkel, die wirklichen Tuberkulosebrutstätten, niederreißen und an deren Stelle hygienische und gesunde Wohnungen zu einem mässigen Zins zur Verfügung stellen. Während des Krieges sind sicher viele Tonnen Zement da und dort unnütz verwendet worden. Mit dem gleichen Kraftaufwand wäre Nützliches erstanden, wenn man dem erwähnten Punkte der gesunden Wohnungsfrage, vor allem für die Arbeitervolksschichten, mehr Aufmerksamkeit geschenkt hätte. Auch da heisst es: «Vorbeugen ist besser als Heilen!»

## Unsere Heilkräuter

### Sauerdorn (Berberitzen) *Berberis vulgaris*

Wenn wir über die herbstlich geschmückten Weiden wandern, finden wir da und dort Sträucher mit einem stacheligen Kleide, die den raschen Griff nach den schönen, roten Beeren etwas abstoppen. Bestimmt laden die roten Trauben, die wie Johannisbeeren aussehen würden, wenn die einzelnen Beeren nicht länglich wären, zum Zugreifen ein. Ganz besonders jenen lockt die Einladung, der weiss, dass das grosse, geheimnissvolle Vitamin C in solch reichlichem Masse in der Berberitze enthalten ist. Wenn diese kleinen Heinkelmannchen in ihrem schön roten Kleidchen solch grosse Wunderkräfte für unsere abgeschafften Nerven enthalten, dann sollten wir uns doch der dargebotenen Güte bedienen. Dazu sind sie ja da und bestimmt hat ihnen der Schöpfer diese Wunderkraft zu einem nützlichen Zwecke gegeben. Also, zugewiegt und eine reichliche Menge mit nach Hause gebracht, um sie zum Nervenmittel verarbeiten zu können. Wie bei der Hagebutte werden die Beeren durch die Maschine gedreht, durchpassiert (durch ein Sieb) und mit Honig oder Trauben-Nährzucker vermengt. Weil das Fruchtfleisch dieser Beeren nicht so fest, d. h. konsistent ist wie dasjenige der Hagebutte, muss man noch etwas Kristall- oder Griesszucker beigegeben. Man fügt also zu einem Pfund Berberitzenmark ein Pfund Honig oder Traubennährzucker, nebst circa 100 bis 150 Gramm Griesszucker bei. Diese so gewonnene Nervennahrung ist ziemlich lang haltbar und ist besser als alle Tabletten mit Ascorbinsäure. Wer sich ein solch natürliches Vitamin-C-Produkt für sich und seine Kinder verschaffen möchte, die Beeren aber nicht selbst verarbeiten kann, kann sich unsere Fabrikation zunutze machen.

## Homöopathie und Biochemie

### Ferrum phos.

Bestimmt ist Dr. Schüssler, als er im Jahre 1874 Ferrum phos. in seine abgekürzte Arzneimittellehre aufnahm, von der Ueberlegung ausgegangen, dass Eisen im Blute notwendig sei, um den Sauerstoff anzuziehen, somit die Voraussetzung für eine gute Blutverbrennung schaffend. Obschon ihm andere Forscher den Vorwurf machten, er habe seine diesbezügliche Behauptung zu wenig bewiesen, hat ihm die Praxis mit vielen exakten Versuchen recht gegeben. Besonders im ersten Stadium fieberhafter Erkrankungen und vorwiegend bei Kindern, hat sich Ferrum phos. in der 12. Potenz vorzüglich bewährt. Auch bei fieberhaftem Gelenkrheumatismus, besonders dann, wenn sich die Symptome bei Bewegung verschlimmern, ist Ferrum phos. eine gute Hilfe. Im Anfang einer Lungenentzündung, besonders, wenn es im Auswurf hellrote Blutspuren hat, bewährt sich Ferrum phos. ausgezeichnet.

Als Fiebermittel hat sich zwar Ferrum iodatum noch besser ausgewirkt, jedoch diese Eisenverbindung ist, besonders in niederen Potenzen, nicht für alle Patienten so harmlos wie Ferrum phos.

Auch bei Blutarmut und Bleichsucht der Kinder kann Ferrum phos. neben anderen Mitteln wie Cal. phos. und Urtica sehr gut angewendet werden.

### Coldicum Autumnale (Herbstzeitlose)

Dass dieser schön gekleidete Bote des Herbstes auch noch eine Heilwirkung hat, wissen die wenigsten Menschen. Das Weidevieh hat keine Freude an diesen letzten Boten der Wiesenblumenkinder. Vorsichtig geht es an ihnen vorbei, und wenn alle anderen Pflänzlein in seinen Magen gewandert sind, steht auf der herbstlichen Weide nur noch die Herbstzeitlose da mit ihrem schön leuchtenden Zackenröcklein. «Die ist ja giftig», wird der Hüterbub sagen, wenn ich ihm etwas über sie erzählen wollte. Bestimmt, er hat recht, aber manches Gift ist heilwirkend, wenn es in der richtigen Form, d. h. in der gegebenen

1 Kilo GUSTO-Krafthaferfläckli besitzt den gleichen Nährgehalt (Cal.) wie 45 frische Hühnereier. Jedes Paket enthält 1 Gutschein.

Alleinhersteller:  
Hafermühle Villmergen

## DRUCK- SACHEN

für  
jeden Bedarf  
ein- und mehrfarbig  
prompt und zuverlässig  
aus der

Buchdruckerei  
**Isenegger & Cie.**  
Villmergen

## Frische Butter

ersetzen Sie — couponfrei —  
am besten mit:

### NUXO-HASELNUSSCREME

(ca. 40 % Fett)  
100 g = Fr. —.80

### NUXO-HASELNUSSPUREE

(ca. 63 % Fett)  
150 g = Fr. 1.70  
(WUS und Rabatt  
inbegriffen)

Beides fix-fertige, herrliche  
Brotaufstriche. Ebenso vor-  
züglich zum Garnieren und  
Füllen von Kuchen und Tor-  
ten.

Zwei feine Spezialitäten von

