

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 4 (1946-1947)  
**Heft:** 11  
  
**Rubrik:** Warenkunde

### **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:** 09.03.2025

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

leidet, besorgt sein müssen, dass die verschiedenen Stauungen, die da vorhanden sind, in erster Linie beseitigt werden. Sitzbäder wirken dafür am allerbesten. Machen Sie vorläufig 2—3 Wochen jeden Abend ein warmes Sitzbad von ca.  $\frac{1}{2}$ —1 Stunde Dauer und schütten Sie immer heisses Wasser nach, damit die Temperatur gleich bleibt. Sie werden sehen, dass dies allein schon sehr gut wirkt. Sie können ferner auch Frauenmänteltee geben, der in solchen Fällen eine gute Wirkung hat, ebenso Taubnesseln und auch Goldmelissen. Sie können mit allen drei Tees zusammen eine Mischung machen und sie so verwenden. Gegen das Kopfweh wirken Silbermäntel günstig, nur müssen Sie diese mindestens  $\frac{1}{2}$  Stunde kochen, denn es handelt sich hier nicht um einen aromatischen Tee, der durch das Kochen die ätherischen Oele verlieren könnte. Die Mineralbestandteile müssen deshalb durch das lange Kochen hergezogen werden. Diesen Tee nun verwendet man erfolgreich gegen das Kopfweh.

Man muss dem Mädchen aber auch noch mit *Bursa-pastoris*, auf deutsch Hirtentäschli nachhelfen und auch der *Hypericum-Komplex* wirkt sehr gut, da er die Stauungen im Unterleib beseitigt. Auf diese Art und Weise kommen Sie zu einem Ziel. Hat Ihr Mädchen noch Krämpfe während der Periode, dann wirken *Belladonna D4* nebst dem *Bursa-pastoris-Extrakt* ausgezeichnet.

Was nun die nasse Brustfellentzündung anbetrifft, so sind die Zwiebelwickel gar nicht schlecht. Sie können solche ohne weiteres durchführen. Sie dürfen aber nicht vergessen, zudem noch auf die Niere zu wirken. Geben Sie hiezu das hervorragende Nierenmittelchen *Solidago*. Bei der nassen Brustfellentzündung, überhaupt, wenn man viel Wasser ausscheiden muss, ist *Schliessgraswurzeltee* sehr gut, da er hervorragend wirkt. Sie können auch *Zinnkrauttee* verwenden, nur wirkt er nicht so gut wie die *Schliessgraswurzel*. Man gibt ferner immer etwas feingehackte *Petersilie* in die Suppe, was sich sehr gut auswirkt. Es ist ferner notwendig auf das Herz einzuwirken, wofür ich immer das *Herztonikum* gebe, ein homöopathisches Komplexmittel. Die Zwiebelwickel greifen die Haut nicht so stark an, wie dies bei den Senfwickeln der Fall ist. Auch mit diesen kann man wunderbar nach aussen ableiten. Selbstverständlich müssen Sie in solchen Fällen immer auch den *Calcium-Komplex* geben, sowie das *Galeopsid*, ein Kieselsäurepräparat. Heilt man eine nasse Brustfellentzündung nicht allseitig sehr gut aus, dann kann sie sehr leicht unangenehme Nebenerscheinungen nach sich ziehen.

## Interessante Berichte aus dem Leserkreis

### Geschwollene Beine

Darf ich Sie höflich bitten um Publikation nachfolgender Zeilen in den «Gesundheits-Nachrichten». Sie verdienen ihre berechtigte Veröffentlichung an alle Leser dieses Blattes.

Zu verschiedenen Malen habe ich in den «Gesundheits-Nachrichten» sehr interessante und wertvolle Ratschläge über dieverse akute und chronische Krankheitsfälle gelesen und sie auch zum Teil ausprobiert, auch solche, die sich auf ev. Notfälle beziehen, und da möchte ich alle Leser der «Gesundheits-Nachrichten» auf meinen Fall aufmerksam machen, der dem Schreiber dieser Zeilen selbst passiert ist. Man ist gewiss öfters sehr froh, wenn man in gewissen Notfällen selbst ein wenig den Arzt ersetzen kann. Hiezu benötigt es aber auch etwas belehrender Erfahrungen, die man durch die «Gesundheits-Nachrichten» erhalten kann.

Eines Tages bekam ich wie angeworfen ein sehr stark angeschwollenes Bein. Der Unterschenkel war im Umfang viel grösser als der Oberschenkel. Ich konnte mir diese rapide Anschwellung einfach nicht erklären. Die Haut hatte eine veränderte Farbe angenommen, mehr ins Blau-Schwarze gehend. Schmerzen waren soweit keine vorhanden, nur ein dumpfes Gefühl. Ob die Ursache von einem eventuellen Mückenstiche herkam, war mir unbekannt und deshalb war das entstandene Uebel ein Rätsel für mich. Ich bin sonst Freund des Lehmes in vielen Dingen, aber diesmal traute ich der Sache einfach zu wenig und griff zu dem schon öfters von Herrn Vogel angepriesenen Molkenkonzentrat und machte mir einen gut-angelegten Beinwickel, den ich ein paar Mal erneuerte und siehe da, in zwei Tagen war die Schwellung gänzlich weg, und ich war aus meiner Angst befreit. Wie einfach dieses Mittel!

Diese Medizin möchte ich daher allen lieben Lesern dieses Blattes bestens empfehlen und Herrn Vogel für seine belehrenden Ratschläge in den «Gesundheits-Nachrichten» an dieser Stelle den herzlichsten Dank aussprechen. Mit freundlichen Grüssen! E. in B.

### Die siebte Geburt

Eine Mutter von sieben Kindern schreibt uns am 1. September folgenden erfreulichen Bericht:

Vor fünf Monaten habe ich das siebte Kind geboren. Dank Ihrer Mittel ist die Kleine auf den Tag angekommen, dazu ein gesundes, kräftiges Kind. Die Geburt ging auch sehr gut vorüber.

Frau N. aus L. hat *Hypericum-* und *Calcium-Komplex*, nebst *Weizenkeimen* von uns erhalten.

### Nervenschwäche und Kalkmangel

Ich danke Ihnen noch vielmals für Ihre Zusendung. Das Molkenkonzentrat hat mir mein Kopfweh schon fast ganz weggebracht. Auch in meinen Därmen hat es viel gebessert. Ebenso habe ich mit dem *Calcium-Komplex* glänzenden Erfolg. Denken Sie, meine Hemmungen, von Nervenschwäche herrührend, sind weg und ich darf mich wieder frei unter die Leute wagen. Auch hat sich mein Gemütszustand auffallend gebessert. Ich bin wieder fröhlich und glücklich, wieder ein gesunder Mensch zu sein, denn ich finde, an den Nerven ruiniert zu sein, ist eine der schlimmsten Krankheiten, die es gibt. Die seelischen Depressionen, die man hat, sind einfach furchtbar, und wie ich erfahren habe, sind sie sehr oft auf Kalkmangel und Mangel an Phosphaten zurückzuführen. Aber die wenigsten Aerzte wissen, was dagegen zu machen ist, daher kommen sie immer mit ihren Insulinspritzungen, wie auch mit *Morphium-Spritzen*, was ich in der Nervenheilanstalt in M. erfahren habe. Zuletzt wird man dann als unheilbar taxiert und nur mit aller Mühe den Angehörigen wieder herausgegeben. Ich kann Ihnen nicht genug dankbar sein für Ihre guten Mittel. Ich bedaure nur, dass ich nicht an Ihren lehrreichen Vortrag in Thun gehen konnte wegen meinen Hemmungen. — Nun möchte ich Sie bitten, mir nochmals *Calcium-Komplex* zu senden, denn meine Zähne haben Kalkmangel. Ich bin gegenwärtig in Behandlung. Ein gesunder Stockzahn war mir im Frühjahr heraus gefallen, sowie auch Plomben, ferner war ein grosser Pilgerschwund feststellbar, drum wackelten meine Zähne. Es hat zwar vom *Calcium-Komplex* schon ziemlich viel gebessert. Auch danke ich Ihnen noch vielmals für den weissen Lehm, er hat mein lästiges Aufstossen geheilt. — Nochmals meinen herzlichsten Dank.  
T., den 3. Oktober 1947.

Frau D. aus T.

Es ist erfreulich, auch bei Nervenschwäche auf natürliche Art Hilfe leisten zu können, denn nichts ist so betrüblich, als wenn der Patient der Schwermut und der Willkür schädigender Mittel preisgegeben ist.

## Warenkunde

### Berberis vulgaris (Sauerdorn)

Wer dieses Jahr durch die farbenprächtigen, herbstlich geschmückten Nebentäler des Wallis oder des Bündnerlandes streifte, sah nicht nur ganze Hecken voll Hagebutten, sondern auch viele Sträucher, die voll behangen waren mit Berberitzenbeeren. Wie viele Wanderer gehen an diesen roten Wildfrüchten vorbei, ohne zu wissen, dass darin wunderbare Heilkräfte verborgen sind! Bestimmt sind diese kleinen Träubchen mit den länglichen roten Beerchen sehr schön anzusehen und auch in einem Straus mit Herbstpflanzen eine schöne Augenweide. Dass man diese aber auch gar noch essen kann und sie zudem noch eines der besten Nervenmittel darstellen, das wissen die wenigsten Menschen. Es gibt bei uns keine zweite Wildfrucht, die so viel Vitamin C enthält, wie gerade die Berberitzenbeeren. Manchem etwas nervösen Wanderer würde es gut bekommen, wenn er beim Durchstreifen der Gebirgstäler von Zeit zu Zeit immer wieder einige Berberitzenbeeren in den Mund stopfen und diese langsam zerkauen und gut durchspeichelt schlucken würde. Obschon unsere lieben, kleinen, gefiederten Sänger, die Vögel sehr froh sind um diese nahrhaften Vitaminlieferanten, wäre es wünschenswert, dass der Vitaminreichtum der Berberitzenbeeren, den in den Nerven geschwächten Patienten zugute kommen würde. Würde man allgemein feststellen, wer eine Nervenstärkung nötig hat, dann wären heute vielleicht wenige zu denen zu zählen, die es gar nicht nötig haben.

Da der Vitamin-C-Gehalt durch das Kochen zum grössten Teil zugrunde geht, müssen die Berberitzenbeeren roh verarbeitet werden, wenn ein gutes und haltbares Nahrungs- und Heilmittel hergestellt werden soll. Eingehende Versuche haben gezeigt, wie ein solches Produkt in Form von Berberitzenmark hergestellt werden soll. Die frisch geernteten, vollreifen Berberitzenbeeren werden zuerst durch die Hackmaschine gedreht und das erhaltene Muss durch ein Sieb gedrückt, sodass die Kernchen und Häute zurückbleiben und das reine Mark mit dem Saft frei wird. Auf 500 g rohes Berberitzenmark wird dann 100 g Gries- oder Kristallzucker beigegeben und daraufhin alles gut gerührt. Nachdem sich der Zucker aufgelöst hat, wird noch 200 g Bienenhonig beigegeben und zum Schlusse noch 200 bis 250 g dickflüssiger reiner Traubenzucker beigemischt. Das so erhaltene, gezuckerte Berberitzenmark wird nun noch einige Zeit gut verrührt und dann in Gläser gefüllt, wie eine Confitüre. Ist das Ganze noch zu dünn, darf man noch etwas Kristallzucker beigegeben. Im Grossen wird der Traubenzucker im Vacuum eingedickt und dann langsam mit dem rohen Mark vermengt. Letztes Jahr habe ich die ersten grösseren Versuche mit diesem Produkte gemacht und dieses Jahr sogar einige 100 kg nach der erwähnten Methode hergestellt, denn die Versuche, bezw. Erfahrungen des letzten Jahres haben mir gezeigt, wie grossartig dieses Naturmittelchen bei Patienten, die in den Nerven geschwächt waren, gewirkt hat. Auch auf die Niere und gegen skorbutische Erscheinungen (Zahnfleischblutungen) wirkt Berberitzenmark ganz vorzüglich.

## Wichtige Mitteilungen

### Hinweis für Urinsendungen

Es kommt öfters vor, dass Patienten an unser Laboratorium Urin einsenden zum Untersuch und zwar zu wenig. Es braucht 2 dl also  $\frac{1}{5}$  1 Urin um eine exakte und gründliche Urin-Analyse zu machen, so wie wir sie durchführen. 1 dl wie dies öfters geschickt wird, ist zu wenig. Darum teile ich dies allen Patienten mit, die Urin einsenden wollen. Ebenso muss ich darauf hinweisen, dass ganz saubere, gereinigte Flaschen verwendet werden müssen und zwar nicht nur gewöhnlich gespülte Flaschen, denn beim Mikroskopieren sieht man jede von gewöhnlichem Auge unsichtbare Unreinigkeit und dies wirkt störend. Also keine alte verbrauchte Flasche verwenden, sondern wenn möglich eine neue 2 dl Wasserflasche, gut ausgespült, wenn möglich ausgekocht, denn es ist schade, wenn oft irgendeine Verunreinigung das exakte Bild der Urin-Analyse stört. Viele Patienten denken, es handle sich ja nur um Urin und komme deshalb nicht darauf an. Man hat uns schon Flaschen gesandt, in denen vorher Petroleum war und dergleichen mehr. Also, es hat keinen Zweck, dass man sich Mühe gibt für eine exakte Analyse, wenn die Voraussetzungen nicht gegeben sind. Dies nur zur Orientierung und zum besseren Verständnis für alle Patienten, die den Urin einsenden.

### Wichtige Mitteilungen an Patienten, die die Sprechstunde besuchen möchten

Mit dem Anwachsen der Korrespondenz haben sich auch die Besuche der Patienten so sehr vermehrt, dass ich dadurch zu sehr in Anspruch genommen bin und keinen andern Ausweg sehe, als die Konsultationen vom 15. November an einzustellen.

Dieser Entschluss ist mir nicht leicht gefallen, denn das Wohl meiner Patienten liegt mir am Herzen, sonst hätte ich ja auch nicht diesen Beruf ergriffen. Wenn ich mich aber möglichst weitgehend nutzbar machen will, dann muss ich auch Zeit gewinnen, um meine schriftstellerischen Arbeiten zu erledigen. Auch die ausgedehnte Korrespondenz sollte nebst den vielen Urin-Analysen möglichst umgehend erledigt werden können, was mir in letzter Zeit, des grossen Andranges wegen aber nicht mehr möglich

gewesen ist. Erhalte ich nun die angestrenzte Zeit, die ich den Konsultationen zur Verfügung stellen musste, für die internen Arbeiten frei, dann kann ich entsprechend mehr leisten und, zudem meinen Gesundheitszustand erstarren lassen, denn auch ich muss mich einigermaßen nach den Naturgesetzen richten, wenn ich mich leistungsfähig erhalten will. Ich weiss, dass es vielen Patienten schwer fallen wird, wenn keine Möglichkeit mehr besteht, in meiner Sprechstunde Rat einzuholen, doch ich werde auf schriftlichem Wege mein Möglichstes tun, auch werden mir die Urin-Analysen stets gute Wegweiser sein.

Sollte es mir in absehbarer Zeit möglich sein, die Sprechstunden wieder aufzunehmen, dann werde ich dies in der Zeitung wieder veröffentlichen. So lange kein Bericht erscheint, werde ich auch die Sprechstunden noch nicht wieder aufnehmen können. Diese Einschränkung betrifft also nur die Sprechstunden. Es können also nach wie vor schriftliche Anfragen eingehen, ebenso Urin zum Analysieren eingesandt und Mittel bestellt werden. Ich hoffe, dass mir die, durch die Einschränkung gewonnene Zeit ermöglichen wird, auch meine angefangenen Schriften zu beendigen, so dass ich durch sie meinen Patienten eine gewisse Entschädigung darbieten kann.

Verantwortlicher Redaktor: A. Vogel, Teufen

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

Alleinhersteller:  
Hafermühle Villmergen

### Gesund sein

dazu verhelfen Ihnen die angenehmen OZON-Dampfbäder. Ausgezeichnete Wirkung bei Müdigkeit, Arbeitsunlust und zur Förderung des Stoffwechsels und der Blutzirkulation.

OZON-Bad, Zürich 1  
Zähringerstr. 21 - Tel. 323370

Aus dem **Flex-Sil** Dampf-  
Kochtopf  
jede Gabel voll ein Festessen!

### 2 Milchschauböcke

rasse-reine Ostfriesen, schöne Zucht-tiere, 7 Monate alt.

Adressen der Verkäufer beim Verlage erhältlich.

Wir suchen noch ein stilles, pflichtgetreues

### MÄDCHEN

für Abfüll- und Etiquettierungsarbeiten im Laboratorium.

A. VOGEL, Teufen