

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 13 (1956)  
**Heft:** 12

**Artikel:** Gesundheitskaffee  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-968897>

### **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:** 15.03.2025

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

aktiven Zusammensetzung wirksam sein kann. - Wildfrüchte sind also für uns ein Reservoir aktiver Kräfte und vermögen manches Manko zu ersetzen, das bei unserer Ernährung infolge der Einnahme von Produkten aus einem zum Teil verdorbenen Kulturboden in Erscheinung getreten ist.

#### Kennt Ihr uns alle?

Die Hagebutten haben neben den erwähnten Vorzügen zudem noch den Vorteil, daß sie angenehm anregend auf die Niere, also auf die Diurese einwirken. Jeder daher, der unter einer mangelhaften Nierentätigkeit leidet, erhält durch die Einnahme eines Hagebutten-Produktes nicht nur ein gutes Nahrungsmittel, sondern auch ein geschätztes Heilmittel.

Die Sanddornbeeren, die neben ihrem Vitaminreichtum, vielleicht aber auch mit diesem verbunden, eine eigenartige komplexe Wirkung ausüben, können dadurch die endokrinen Drüsen gewissermaßen verjüngend und regenerierend beeinflussen. Diesen Wirkungseffekt können wir alle gut gebrauchen, denn wir haben ihn in der heutigen, anspruchsvollen Zeit sehr nötig. Man kann also ruhig behaupten, daß die Einnahme von Sanddorn-Präparaten für den ganzen Körper eine Auffrischung, eine Kräftigung und Stärkung und eine Regeneration zur Folge haben kann, denn die Erfahrung hat dies bereits reichlich bestätigt.

Ueber den Vorzug der Berberitzen können wir schon in alten Kräuterbüchern lesen, daß sie zur Bekämpfung von Skorbut wunderbar wirksam sind. Sie helfen beispielsweise das Zahnbluten und andere skorbutische Erscheinungen beseitigen, befestigen auch die Zähne und wirken somit günstig bei Paratentose. Früher wurde aus den Berberitzenbeeren sogar ein Wein zubereitet. Auch die Vögel schätzen die Beeren sehr, denn sie bedienen sich ihrer gerne. Dieser Umstand beweist, daß wertvolle Kräfte darin enthalten sein müssen, denn die Vögel finden instinktiv immer das, was für sie notwendig und gut ist.

Auch die Vogelbeeren sind, was ihr Name ja ohne weiteres verrät, und was wir bereits schon angetönt haben, den Vögeln sehr willkommen, doch sie dienen auch uns ausgezeichnet, wenn wir heiser sind. Man sollte daher jeden Herbst Vogelbeeren pflücken und trocknen, um sie bei Heiserkeit zu kauen und den etwas bitteren Saft zu schlucken. Er hilft ausgezeichnet die Schleimhäute zu pflegen. Für Sänger wirken diese Beeren daher zur Pflege des Halses und der Schleimhäute wie eines der natürlichsten Hustenbonbons.

Noch eine andere Beerenart leuchtet wie ein weißes, rotbackiges Gesichtchen durch den Herbstwald. Es sind dies die Preiselbeeren, die sich gegen Ruhr, also gegen Durchfälle sehr gut bewährt haben. Sie wirken somit gleich wie getrocknete Heidelbeeren, die in der Hinsicht ganz zuverlässig sind. Bei Appetitlosigkeit helfen die Preiselbeeren ähnlich wie die Berberitzenbeeren, denn diese gerbstoffhaltigen Beeren wirken allgemein gut bei Mangel an Appetit. - Die Preiselbeere ist die einzige Wildfrucht, die einen Säureüberschuß aufweist, aber sie ist trotzdem als Heilmahrung sehr zu empfehlen.

Ihrer Vorzüge wegen sollte man die erwähnten Wildfrüchte viel mehr verwenden. Es wäre daher vorteilhaft, sie auf unseren Herbstwanderungen reichlich zu beachten. Es wird für uns von nicht geringem Nutzen sein, wenn wir neben dem Genuß der schönen Aussicht, der gesunden, frischen Luft, der Atmung und Bewegung auch noch den Rucksack mit Wildfrüchten füllen, nicht nur wegen dem Wert, den uns die Wildfrüchte zu Hause darbieten, sondern auch, weil das Einsammeln eine gesunde und bestimmt erfreuliche Tätigkeit ist. Allerdings sollten wir dabei darauf achten, daß wir die Sträucher nicht beschädigen, denn sie möchten uns auch das kommende Jahr wieder dienlich sein.

Wer sich nun im vergangenen Herbst nicht selbst mit Wildfrüchten eindecken konnte, der kann sich im Reformhaus die fertigen Wildfruchtpräparate wie Hagebuttenmark, Berberitzenmark und Sanddorn-Sirup beschaffen. Werden diese Produkte aus dem frischen, ungekochten Fruchtmarm und Saft zubereitet, dann ist ihre Wirkung umso stärker, denn die Werte stehen in unveränderter Form zur Verfügung. Es ist für unsere Kinder sehr vorteilhaft, wenn sie regelmäßig Wildfruchtprodukte als Brotaufstrich erhalten, ganz besonders, wenn diese zudem noch mit Honig und anderen Fruchtsäften durchsüßt sind. Sie erhalten dadurch ein Maximum von einem Stärkungs- oder einem gesunden Ergänzungsmittel, denn diese Nahrungsmittel sind wirklich im wahren Sinne des Wortes zugleich auch noch Heilmittel.

#### Gesundheitskaffee

Unsere Vorfahren hinterließen uns bis ins Mittelalter hinein Berichte über Schweizerfrauen, die schon damals Eicheln gesammelt, geröstet und als Kaffee verwendet haben. Dies war so üblich, weil man in unserem Lande davon überzeugt war, daß durch den Genuß dieses Eichelkaffees unsere Verdauung gut geregelt würde, und daß die Bitterstoffe auch der Leber gute Dienste leisteten. Noch viele andere Berichte liest man in alten Schriften über die Wirkung der Eicheln. - Gleicherweise fanden auch die Wurzeln der Wegwarte, die die Vorgängerin unserer heutigen kultivierten Zichorienwurzel ist, infolge ihrer Bitterstoffe im Kaffee Verwendung, denn schon damals war im Volksmund bekannt, daß Bitteres Bitteres vertreiben kann. Kein Wunder daher, daß man auch noch die Löwenzahnwurzel mit dem gleich guten Erfolg zuzog. Später fügte man diesen drei Zutaten auch noch geröstetes Getreide bei, vor allem Roggen und Gerste. Schließlich verbesserte man auch noch den Geschmack durch Beigabe von Südfrüchten, wobei man hauptsächlich Feigen verwendete. Auf diese Weise entstanden mit der Zeit die bekannten, guten, geschmackvollen Getreide- und Fruchtkaffees.

Wer eine sehr geglückte Zusammenstellung, die auch geschmacklich vorzüglich mundet, kennen lernen möchte, versuche einmal A. Vogel's Getreide- und Fruchtkaffee in den blauen Päcklein, der so gut schmeckt, daß ihn viele Verbraucher nicht ohne weiteres vom gewöhnlichen Kaffee unterscheiden können. Alle jene, die abends nach einer Tasse Bohnenkaffee nicht gut schlafen können, sollten einmal dem Vogelkaffee zusprechen. Wer glaubt, er könne vom Bohnenkaffee nicht lassen, mische einen Drittel oder einen Viertel davon unter den erwähnten Vogelkaffee, und er erhält dadurch, volkstümlich gesprochen, den Batzen und das Weggli.

A. Vogel's Getreide- und Fruchtkaffee ist seit 35 Jahren auf dem Speiseplan von Tausenden von Familien, die auf gesunde Nahrungs- und Genußmittel eingestellt sind.

#### Wer hilft uns helfen?

Die Erfolge unserer Mittel und Verordnungen haben den Kreis unserer Patienten und Abnehmer immer weiter gezogen. 80 bis 120 Zuschriften bringt uns die Post täglich zur Erledigung ins Haus. Es ist bestimmt eine schöne, aber auch eine große Aufgabe alles gewissenhaft und individuell zu erledigen.

Daß wir all dies nicht mehr alleine bewältigen können, wird jedem Leser klar sein. Wir brauchen zuverlässige Hilfskräfte, denen es daran gelegen ist, die Arbeit nicht nur mit den Händen, sondern auch mit Liebe und einer innern Verbundenheit zur Sache durchzuführen.

Eine zuverlässige Kraft, die uns über fünf Jahre treu geholfen hat, steuerte ihr Lebensschifflein in den Hafen der Ehe hinein, weshalb wir für sie einen ebenso treuen, eifrigen Ersatz benötigen. Wir suchen daher jemanden, der Freude daran hätte, uns die vielen Briefe und Anfragen,