

# Warenkunde

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

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

Heft 4

PDF erstellt am: **22.07.2024**

## **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.

## Fragen und Antworten

Anfragen durch den Fragekasten sind für alle Abonnenten der «Gesundheits-Nachrichten» gratis. Für briefliche Rückantwort ist eine zwanziger Marke beizulegen. Anfragen sind direkt an A. Vogel, Teufen (Appenzell) zu richten.

### Zahnbehandlung

Die Frage, wie Wurzeln zu behandeln sind, wenn Granulome vorhanden sind, lässt sich folgendermassen beantworten. Es gibt in solchem Fall eine Möglichkeit, die Wurzel zu behandeln. Ist aber der Zahn nicht mehr einwandfrei oder ist ein Stifftahn vorhanden oder ein dubioser Zahn, der ermangelt werden kann, dann ist es besser, man nimmt ihn heraus. Wenn Granulome vorhanden sind, sollte man das Zahnziehen, wenn irgend möglich ohne Einspritzung vornehmen. Es genügt, wenn man einfach äusserlich etwas unempfindlich macht. Sollten Einspritzungen jedoch nicht umgangen werden können, dann sollte man nichts verwenden, das die Gefässe zusammenzieht, also kein Adrenalin oder ein anderes zusammenziehendes Mittel, das in der Infektionsampulle vorhanden ist, denn sonst wird die Blutung verhindert, die Bakterien und Giftstoffe bleiben im Körper und können sehr unangenehme Nebenwirkungen auslösen. Kommt es aber richtig zum Bluten, dann kann alles schön herausgespült werden. Es ist dies die bessere Methode. Sollte eine Einspritzung unumgänglich sein, weil der Patient die Nerven nicht dazu hat, ein wenig Schmerzen auszuhalten, dann kann man mit Storchenschnabeltee nachspülen. Dieser Tee hat die Eigenschaft, das Blut anzusaugen und eine noch stärkere Blutung zu verursachen. Sollte der gegenteilige Umstand vorliegen, dass jemand zu stark blutet, so dass das Blut nicht zu stillen ist, dann kann man mit Tormentillwurzeltee spülen. Sollte aber jemand das Missgeschick haben zu den so genannten Blutern zu gehören, bei denen das Ziehen eines Zahnes eine lebensgefährliche Operation bedeuten kann, dann kann das Blut mit der Auflage von frischem Hühnerfleisch gestillt werden. Ueberhaupt kann auf diese Art und Weise jeder Blutung bei Blutern Einhalt geboten werden. Etwas frisches Hühnerfleisch, wenn möglich noch warm, direkt aufgelegt, wird das Blut zum Stillen bringen. Es ist dies eine einfache aber zuverlässige Methode, die allen wissenschaftlichen Bemühungen überlegen ist.

## Warenkunde

### Mandeln

Die Mandeln sind als hochwertiges Nahrungsmittel im allgemeinen noch sehr wenig bekannt. Besonders auf dem Lande werden sie selten verwendet. Während des Krieges waren sie sehr teuer, weshalb auch ihre Verwertung sehr stark zurückgegangen ist. Es ist daher begreiflich, dass der vorzügliche Gehalt dieses Nahrungsmittels in Vergessenheit geraten ist. Da die Mandeln nunmehr aber wieder billiger geworden sind, wird es gut sein, ihren Wert einmal näher zu betrachten, denn bestimmt erlangt sie dadurch bei vielen etwas mehr Beachtung. — Das *Eiweiss*, das die Mandeln besitzen, ist hervorragend und beträgt etwa ein Viertel ihres Gewichtes. Circa 60 Prozent ihres Gehaltes besteht aus einem vorzüglichen Fett, dem *Mandelöl*. Für Leberkranke, die verschiedene Fette nicht verarbeiten können, ist das Mandelfett sehr zu empfehlen. Sehr wertvoll ist auch der Gehalt an Mineralbestandteilen. Die *Kali- und Kalksalze* sind speziell hervorzuheben. Reichlich ist auch das wertvolle *Magnesium* vorhanden. Nicht zuletzt müssen auch noch die wichtigen *Phosphate* erwähnt werden, die für unsere Nerven von besonderem Nutzen sind. — Es ist nun allerdings notwendig, dass man die Mandeln sehr gut kaut, denn mangelhaft gekaute Mandeln werden nicht verdaut. Eine besonders praktische Form von Mandelnahrung finden wir im *Mandelpurée*. Es ist sehr leicht assimilierbar und daher bei schlechter Tätigkeit der *Leber* und der *Bauchspeicheldrüse* sehr zu empfehlen. Im Schüttelbecher, oder noch besser im Turmix kann Mandelpurée vorzüglich zu *Mandelmilch* zubereitet werden. Es bildet ein wirklich leicht verdauliches, vitaminreiches, vorzügliches Nährgetränk. — Auch für die Kleinkinder ist Mandelpurée eine bekömmliche Nahrung. Bei *Milchschorf* sollte sie statt der gewöhnlichen Kuhmilch Verwendung finden. In den seltensten Fällen wird das Mandeleiweiss von den Säuglingen schlecht aufgenommen. In über 90 Prozent wird es besser verarbeitet als das Kuhmilcheiweiss. Manch dankbare Mutter weiss, dass sie es der Mandelmilch zu verdanken hat, wenn sie *Milchschorf*, Magen- und Darmstörungen bei Kleinkindern beheben konnte. Mit dem Nuxomandelpurée lässt sich eine hervorragende Mandelmilch herstellen, die langsam die vielfach sehr zäh erscheinenden Schwierigkeiten bei Säuglingen zu beheben vermag. Sie eignet sich beson-

ders gut, wenn im Frühling die Kuhmilch nicht ertragen wird, weil die Bauern die Kühe wieder mit jungem Gras füttern. Verabreicht man gleichzeitig ein gut biologisches Kalkpräparat, nebst *Viola tricolor* in homöopathischer Form, dann wird man mit dem *Milchschorf* meistens rasch fertig werden. — Ihrer erwähnten Vorzüge wegen sollten die Mandeln bestimmt in jeder neuzeitlichen Küche einen gebührenden Platz finden, denn sie verdienen es im Hinblick auf das, was sie uns zu bieten vermögen.

### Eucalyptusöl

Das Eucalyptusöl ist im Laufe der Jahre bei uns ein bekannter Heilspender geworden. Weniger bekannt aber mag seine Herkunft sein, denn vielerorts ist der Bericht von fabelhaft hohen Eucalyptusbäumen völlig neu. In ihrer heutigen, australischen Heimat werden sie 80–100 Meter hoch. Diese Höhe kann mit dem höchsten Turm unserer Stadt oder unseres Landes verglichen werden. Nicht zu Unrecht misst der Australier diesen Bäumen hohe Werte zu, denn schon allein ihre Blätter genügen, um Sümpfe zu entseuchen und die Luft von Fieberhauch zu reinigen. Daher haben auch andre Länder, wie beispielsweise Italien, den Baum an Sumpfgestaden erfolgreich gepflanzt, nur bleibt er eben ein Kind seiner Heimat, denn er wird anderswo nicht so hoch und liefert auch kein solch ausgezeichnetes Oel, wie in Australien, aber seine guten Dienste als Fieberverdränger leistet er gleichwohl nach Möglichkeit. — Der Australier weiss aber auch das Oel des Baumes voll und ganz zu schätzen. Er kennt die gute Wirkung bei Fieber- und Grippeepidemien, weiss, dass es sich bewährt bei allfälligen Erkrankungen der Nasen-, Hals- und Luftwege, wie auch bei Ohrenweh, ja selbst bei Asthma. Er kennt es aber auch als Hilfsmittel bei Zahn-, Magen- und Kopfweh, wiewohl er diesen Leiden weniger unterworfen sein mag, als wir aufgeregten Europäer. Ebenso mag es eine Entdeckung des Kulturmenschen sein, dass durch Einreiben mit Eucalyptusöl Gicht, Ischias und Rheumatismus, ja sogar Hämorrhoiden Linderung erfahren sollen, denn was weiss der Naturmensch von all diesen Leiden in seinem freien, ungebundenen Dasein. — Dass das Oel selbst zur Pflege der Haustiere seine vorzüglichen Dienste leisten soll, so auch beispielsweise bei Maul- und Klauenseuche, entstammt dem Bericht von mehreren Bauern, die solches mit Erfolg angewandt haben.

### Löwenzahnsalat

Da der Löwenzahnsalat jetzt zur Frühjahrszeit wiederum erhältlich ist, sollte er nicht vergessen werden, denn er wirkt vorzüglich auf die *Leber* und die *Drüsen* und durch seine wichtigen *Vitaminstoffe* auch auf die *Frühjahrs Müdigkeit* ein. Ueberall, auf ungedüngten Wiesen, auf Brachäckern, die umgebrochen worden sind, sollten wir nach den heraufkommenden Spitzen des Löwenzahns Umschau halten. Geniessen wir seine Vorzüge regelmässig im Frühling, dann werden wir das ganze Jahr hindurch unsern Nutzen daraus ziehen. Die Leber wird richtig gereinigt, die Drüsen gut angeregt und auch die blutreinigende Wirkung ist sehr günstig.

### Brennesseln

Will man den Wert des Löwenzahns zur *Blutreinigung* noch erhöhen, dann fügt man vorteilhaft noch ein Blättchen Brennesseln unter den Salat. Es wirkt dies besser als viele Medizinen, denn Brennesseln sind sehr reich an *Vitamin D* und an *Kalk*. Wer viel Brennesseln zur Verfügung hat, kann davon einen Salat bereiten oder ihn auch in Oel zu einem Spinat dämpfen. Infolge ihres *Eisengehaltes* wirken Brennesseln gut gegen *Anaemie*, *Chlorose* und *Scrophulose*. Gegen *Rachitis* ist die Brennessel als diätisches Nahrungsmittel von grosser Bedeutung und zudem noch recht billig erhältlich.

### Bärlauch

Wer unter *Arterienverkalkung* zu leiden hat, sollte im Frühling nie vergessen nach dem Bärlauch Ausschau zu halten. Ein Blättchen, unterwegs am Waldrand gefunden und gegessen, regt den *Appetit* an. Wir können ihn als Salat verwenden oder ihn auch als Spinat dämpfen, denn auch in dieser Form ist sein Wert noch immer gross. Roh hingegen ist die Heilwirkung besser. Man kann durch den Genuss von Bärlauch den *Blutdruck* senken, kann die *Adern* regenerieren, die *Gefässe* wieder elastisch machen. Warum sollte man achtlos an den wertvollen Wildgemüsen vorbeigehen, statt unsern Frühlingsspaziergang dadurch praktisch auszuwerten, um die hervorragenden Naturprodukte mit nach Hause nehmen zu können. Es handelt sich zugleich um einfache, billige Frühlingkuren.

Verantwortlicher Redaktor: A. Vogel, Teufen