

# Wissenswertes über gesunde Lebensführung durch...

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **22 (1965)**

Heft 1

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.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*  
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, [www.library.ethz.ch](http://www.library.ethz.ch)

<http://www.e-periodica.ch>

### Die Pflege der Schleimhäute

---

Feuchtkalte Tage stellen grössere Anforderungen an unsere Schleimhäute als Zeiten trockener Wärme. Auch kalte Füsse vermindern die körperliche Widerstandskraft, was in der Regel eine starke Empfänglichkeit für Erkältungskrankheiten nach sich zieht. Auch bewirkt jede Überbeanspruchung und Übermüdung eine vermehrte Bereitschaft für Bakterieninfektionen. Husten, Heiserkeit und Katarrhe wie auch die Angina sind daher in den kalten Jahreszeiten mehr bei uns zu Gaste, als wenn es gleichmässig warm ist. Die Erkrankung der Schleimhäute mag uns an der Ausübung unserer Pflichten nicht hindern, aber sie hemmt und belästigt uns doch sehr und stört unser Allgemeinbefinden, so dass es unweil wäre, nicht zur Abhilfe zu greifen. Die Natur reicht uns in einigen Pflanzen eine gute Hilfe dar. Die neueren Forschungen haben gezeigt, dass Pflanzen, die auf Katarrhe und Halsentzündungen günstig einwirken, antibiotische Stoffe enthalten, die, ohne Nebenwirkungen auszulösen, teilweise noch stärkere Wirkung haben als Penicillin. Solche Pflanzen sind: Meerrettich, verschiedene Flechtenarten wie Usnea oder Lärchenmoos, ferner Tannen- und Lärchenknospen, Ritzen und Spitzwegerich. Aus diesen Pflanzen entstehen sorgfältig hergestellte Sirupe, besonders, wenn man nach alter Erfahrung noch Honig dazu verwendet. Diese Naturprodukte wirken bei allen infektiösen Leiden hilfreich, handle es sich nun um Schnupfen, Heiserkeit oder Katarrhe.

**Santasapinasirup** enthält den Presssaft der frischen Tannenknospen, die jeden Frühling zur Zubereitung dieses wirksamen Naturmittels erneut zur Verfügung stehen, so dass sie nach dem Einsammeln waldfresh verarbeitet werden können. Auch stark verschleimte Katarrhe können auf die Dauer diesem feinen, mit Naturaroma versehenen Sirup nicht widerstehen.

**Spitzwegerichsirup** ist aus frischem Spitzwegerich hergestellt. Für Kleinkinder ist er in seiner etwas milderer Art vorzüglich, da er in seiner Wirksamkeit gleichwohl zuverlässig ist.

**Drosinulasirup** wird aus Sonnentau, also aus Drosera und der Alantwurzel, bekannt auch als Inula helenium, hergestellt. Er hilft bei hartnäckigem Bronchialkatarrh und Krampfhusten vorzüglich.

**Usneatropfen** sollten in der Westen- oder Reisetasche nie fehlen, helfen und schützen sie doch unterwegs durch die darin enthaltenen Flechtensäuren in vorbeugender Weise.

**Usneabonbons** nehmen den Hustenreiz und gehören auf jeden Arbeitstisch, da Vorbeugen besser und billiger ist als Heilen.

#### **Meisterwurztropfen**

Dieses Frischpflanzenpräparat aus der Imperatoriapflanze hat sich vor allem für die Bronchien als gute Hilfe erwiesen, da es selbst in hohem Alter auf hartnäckigen Bronchialkatarrh erfolgreich anspricht.

**Thydrocatropfen** sind aus Drosera, Efeu und anderen Pflanzen hergestellt. Sie haben sich vor allem bei Krampf- und sogar bei Keuchhusten sehr verdient gemacht.

Diese schöne Auswahl guter Hilfsmittel, die uns die Naturheilmethode bei katarrhalischen Erkrankungen und Störungen in den Atmungsorganen darbietet, kann in ihrer Wirksamkeit durch physikalische Anwendungen wie Wickel, Schwitzen, Sauna und dergleichen wesentlich unterstützt werden, wodurch man Erkältungskrankheiten rasch beheben kann.

---

Herstellerfirma Bioforce AG Roggwil/TG