Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 40 (1983)
Heft: 4

Artikel: Angst vor einem Atomkrieg
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-970213

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: 17.05.2025

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

xizität auf die Dauer, das heisst eine gesundheitliche Benachteiligung.

Fluor im Übermass schädlich

Konzentrierte Mineralstoffe oder Metalle oder irgendwelche Elemente, die nicht vegetabilisch, das heisst pflanzlich gebunden sind, werden von jedem Biochemiker oder biologisch eingestellten Arzt nur in ganz hoher Verdünnung toleriert und angewendet, sei es nun in D_6 oder in D_{12} oder auch höheren Potenzen, weil dadurch ein solcher fein verdünnter Stoff von den noch vorhandenen aktiven Nahrungsmittelzellen aufgenommen und verarbeitet wird. In diesem Fall ist dieses chlorierte Kochsalz nicht nur ein Würzstoff, sondern auch ein Medikament, und es muss demnach auch als solches beurteilt werden. Jedes Medikament wirkt je nach der Konstitution, der Sensibilität und je nach der eingenommenen Menge, verschieden. Für jemanden, der nur ganz wenig Kochsalz verwendet, mag es bedeutungslos sein, wer aber viel Kochsalz verwendet, bekommt eben eine grössere und vielleicht eine zu grosse Menge Fluor ab. Über die Giftigkeit oder Toxizität von Fluor werde ich mich in einem späteren Artikel nochmals äussern. Ich werde die Erfahrungen von Kollegen in verschiedenen Kontinenten, mit denen ich gute Beziehungen habe, einholen und mit meinen Erfahrungen vergleichen, um stichhaltige, zuverlässige Angaben und Veröffentlichungen machen zu können.
Wer dieser Gefahr ausweichen will und trotzdem der Zahnkaries entgegenarbeiten möchte, vor allem bei den Jugendlichen, der verwende eben Würzstoffe, die kein Fluor enthalten, und da ist Kräutersalz, wie Herbamare, Trocomare usw. am besten geeignet. Wir stellen sie her aus Gemüse und Frischpflanzen. Trocomare wird aus gartenfrischen Gewürzpflanzen hergestellt und mit Meersalz verarbeitet. Es enthält also nur diese ganz feinen Spuren von Fluor, wie sie eben im Meersalz enthalten sind. Wer sich ausser diesen Würzstoffen von Naturnahrung ernährt und die raffinierten Produkte weglässt, wird genügend Fluor, Kalk, Magnesium und auch andere Mineralstoffe in seiner täglichen Nahrung finden, ohne dieses Zivilisationsprodukt, wenn man es so bezeichnen will, überchloriertes Kochsalz, verwenden zu müssen. Es wäre noch interessant zu erfahren, mit welchen Argumenten die Kantone Tessin und Genf den Verkauf von fluorhaltigem Kochsalz ablehnen. Wenn ich dies erfahren kann, werde ich es gelegentlich in den «Gesundheits-Nachrichten» noch veröffentlichen.

Angst vor einem Atomkrieg

Es ist begreiflich, dass besonders ältere Leute, wenn sie Radio hören, Television anschauen und die Überschriften der Weltpresse lesen, Angst bekommen, dass unsere schöne Erde durch einen Atomkrieg zerstört werden könnte. In Amerika bin ich per Zufall mit führenden Militärs der amerikanischen Armee zusammengetroffen. Wir haben uns ganz nett unterhalten über die Schweiz und über unsere schönen Berge, die Alpen. Wir haben auch über meine Erfahrungen, die ich in fremden Ländern gesammelt habe, mit Naturvölkern in Urwäldern, gesprochen. Wie es eben so geht, wenn man sich frei und grosszügig mit weitgereisten Menschen unterhalten kann. So kamen wir auch auf die modernen Waffen zu sprechen. Man sagte mir ganz offen, dass es schon dreimal beinahe zu einem Atomkrieg gekommen wäre, und zwar nicht aus taktischen Überlegungen, sondern einesteils aus menschlichem, das heisst persönlichem, und andernteils aus technischem Versagen. All diese schrecklichen Vernichtungswaffen sind ja computergesteuert und raffiniert organisiert. Und doch hat auch die modernste Technik ihre Mängel und der Mensch in seiner Unvollkommenheit hat schwarze Momente, in denen er an verantwortlichen Posten eben

versagen kann. Einem Offizier gegenüber äusserte meine Tochter ihre Überzeugung, als er erklärte, dass man mit den heutigen nuklearen Waffen die Erde etwa 15mal zerstören und in eine Wüste verwandeln könnte. Meine Tochter antwortete ihm, es käme auch noch darauf an, ob derjenige, der die Erde geschaffen hat und dem sie gehört, damit einverstanden ist, dass der Mensch, dem die Erde als seine Heimstätte zur Verfügung steht mit der Weisung, sie zu bebauen, sie auch zerstören darf. Der Offizier meinte, dies wäre auch eine Idee, die man sich einmal überlegen müsse. Meine Tochter sagte ihm darauf, es stehe geschrieben im Buch der Bücher: «Ich werde die verderben, die den Erdkreis verderben». Und die Schreiber dieser prophetischen Aussprüche wussten bestimmt über die Absichten Gottes mehr, als wir heute wissen oder als wir für wahrscheinlich und möglich halten!

Bluthochdruck

Als ich einmal Sir Winston Churchill in seinem Landgut in Kent besuchte, habe ich nicht nur über seine wunderschönen Rhododendron gestaunt, sondern vor allem auch über seine Aktivität, die er im hohen Alter noch entwickelte. Imponiert haben mir auch einige seiner originellen Aussprüche und Feststellungen, die für die Gesundheit von Bedeutung sein können. Wenn er nämlich von einem seiner Bekannten erfuhr, dass er seine irdische Laufbahn vollendet hatte, dann hat er in der Regel den Ausdruck gebraucht: «Der hat eben verpasst, sich nach dem Essen hinzulegen, um auszuruhen». Sicherlich mag er recht gehabt haben, denn in der heutigen, hektischen Zeit ist es besonders für ältere Leute von grosser Bedeutung, dass sie sich nach dem Essen wenigstens für eine kurze Zeit entspannen, hinlegen. Denn gerade in einer kurzen Entspannung nach dem Essen, und wenn es nur eine Viertelstunde ist, erhält der Körper die Gelegenheit, sich einer gewissen Vorverdauung zu widmen.

Über Bluthochdruck habe ich schon öfters in den «Gesundheits-Nachrichten» geschrieben, auch im «Kleinen Doktor» ist eingehend darüber berichtet worden, vor allem auf Seite 158*: «Hoher Blutdruck, Arterienverkalkung und Alterserscheinungen». Dann «Reisdiät gegen hohen Blutdruck», auf Seite 162*, weiter «Blutdruckregelung durch Naturreis», Seite 163*. Auf den anschliessenden Seiten ist auch einiges über den niederen Blutdruck erklärt.

Will man dem hohen Blutdruck entgegenwirken, vor allem demjenigen, der nicht durch die Nieren, sondern durch eine degenerative Veränderung der arteriellen Gefässe entsteht, dann müssen drei Faktoren beachtet werden.

Erstens einmal eine eiweissarme Diät. Zu reichliche Einnahme von Eiweissnahrung ist eine der Hauptursachen beim Bluthochdruck. Dann als zweites das Kochsalz. Nun hat sich in letzter Zeit als dritter Punkt, nach neueren Forschungen, auch eine zu reichliche Einnahme von Zucker als Hauptursache des Bluthochdrucks erwiesen. Forscher haben festgestellt, dass, wenn man nur die Eiweissnahrung reduziert, die diätetische Bekämpfung des Bluthochdrucks nicht rasch genug vor sich geht. Man muss sehr darauf achten, den Kochsalzgehalt auf ein Minimum zu reduzieren. Dann hat man als drittes eben gesehen, dass bei reichlicher Zuckerzufuhr ein Erfolg nur langsam, bzw. fast gar nicht beobachtet werden kann. Erst wenn auch die Zuckeraufnahme reduziert wird, dann hat man den richtigen Erfolg auf diätetischer Grundlage. Der Zuckerkonsum ist in den letzten Jahrzehnten enorm gestiegen. Wenn die Statistiken stimmen, isst man heute etwa fünf-bis sechsmal soviel Zucker als noch vor 60 Jahren. Ernährungswissenschaftler behaupten heute, dass Zucker, vor allem in Form von

*Je nach Auflagejahr des «Kleinen Doktor» können die Seitenzahlen sich um einiges verschieben. Das am Schluss des Buches enthaltene alphabetische Sachregister gibt Aufschluss.