

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 43 (1986)
Heft: 6

Artikel: Kreislaufprobleme
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-552194>

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>

gewöhnt sind. Es hat sich als praktisch nützlich erwiesen, dass die Einnahme von Holzasche, und zwar jeden Morgen ein Teelöffelchen voll in Wasser oder Kräutertee, dem Blut alkalische Substanzen zuführt, die Säure binden und indirekt wieder gegen die Schädigungen der Radioaktivität mit einer Hilfe darstellen. Am besten hat sich da die Birkenasche, die man im eigenen Cheminée oder Feuerherd ohne weiteres selbst herstellen kann, bewährt. Auch die Buchenasche ist gut, aber Birkenasche ist in ihrer Entsäuerungsaktion noch viel günstiger. Um diätetisch dem Körper mehr basische Stoffe zuzuführen, könnte man auch die schwarze Zuckerrohrmelasse einnehmen.

Auf jeden Fall hat es sich als eine Erfahrungstatsache erwiesen, je gesünder wir leben, je weniger wir den Körper durch Alkohol, Nikotin, Chemikalien und Drogen usw. schädigen, je besser wird der Körper fähig sein, irgendwelche von aussen kommenden Schädigungen, auch einer vermehrten Radioaktivität, abzuwehren.

Nachdem bekannt wurde, dass Jod gegen die übermässig starke Radioaktivität einen gewissen Schutz darstellt, ging in vielen Apotheken ein richtiger Sturm nach Jodtabletten los. Dazu möchte ich nur bemerken, dass Jod nicht harmlos ist, sowohl in Tabletten- als auch in Tinkturform nicht.

Man muss das also sehr gut dosieren. Eine übermässige Jodmenge vermag die Schilddrüse allenfalls stark zu beeinflussen. Wenn jemand jodempfindlich ist, oder eine Überfunktion der Schilddrüse hat, könnte das Herzklopfen und weitere unangenehme Nebenwirkungen auslösen. Normale Jodtinktur wird vorwiegend aus Seetang gewonnen, *fucus vesiculosus*. Da kann man ebenso gut Kelp nehmen. Kelp ist eine ganz spezielle Meerpflanze, die an Kali gebundenes Jod enthält sowie auch alle Spurenelemente, die man heute kennt. Wenn man von der Jodwirkung – ohne riskante Nebeneffekte – profitieren will, dann kann man ruhig jeden Morgen eine Kelp-Tablette nehmen. Dies regt an, weckt die Lebensgeister und verscheucht Müdigkeit. Allerdings sollte man Kelp nicht am Abend einnehmen, weil man sonst zu angeregt würde, um gut zu schlafen. Der Schlaf könnte also darunter leiden.

Es ist also eine gute, zusätzliche Ergänzung, wenn man neben der basenhaltigen Holzasche auch noch Kelp verwendet. Um diese Therapie zu unterstützen, könnte man auch noch Petasites (Pestwurz) in Tabletten- oder Tinkturform einsetzen. Auf diese Art kann man ganz bestimmt einen Teil der Nachteile einer starken Radioaktivität ausgleichen und neutralisieren.

Kreislaufprobleme

Zur Pflege und Aufrechterhaltung unserer Gesundheit spielt der Kreislauf eine ganz grosse Rolle. Früher, als es noch keine Autos gab und nur wenige lokale Verkehrsmittel zur Verfügung standen, musste man eben seine Füsse viel mehr gebrauchen. Durch das Laufen wird die Atmung, durch die Bewegung der Kreislauf immer wieder angeregt und in Funktion gehalten. Heute ist es notwendig, dass man dem Kreislauf immer wieder ein wenig nachhilft. Jüngere Leute können mit Kneipp-Anwendungen oder Wechselduschen den Kreislauf gut anregen. Bei älteren Leuten sind kalte Anwendungen mit Vorsicht durchzuführen, nämlich nur dann, wenn sie Wärme erzeugen.

Wenn eine Wärmereaktion nicht eintritt und wenn jemand nach einer Kaltwasserbehandlung seines Körpers friert, dann muss er zu den warmen Anwendungen übergehen. Ältere Leute reagieren auf Wärme viel besser und sie fühlen sich dann auch viel wohler.

Warum soll der Kreislauf angeregt werden?

Das Blut kann man sich als einen vielfach verzweigten Strom vorstellen, der zu den Milliarden Zellen lebenswichtige Nähr- und Vitalstoffe befördert. Dies ist nur durch den Blutkreislauf möglich. Zudem müssen die verbrauchten Stoffe aus dem Zellstoffwechsel durch den Blutkreislauf

wieder zurückgeführt und ausgeschieden werden. Was nützt uns die Einnahme eines Heilmittels, das im Bein wirken soll, um Stauungen zu beseitigen, wenn der Kreislauf blockiert ist? Eine gute Hilfe, den Kreislauf zu beleben, leistet einreiben. Damit kann das Heilmittel durch das Blut an die Stelle gelangen, wo es benötigt wird. Mit einem schlechten Kreislauf stellen sich noch andere unangenehme Beschwerden ein, die unseren Alltag belasten. Von kalten

Füssen ganz abgesehen, können Schwindel, Schlafstörungen und rasche Ermüdbarkeit eintreten. Deshalb sollten wir täglich für unseren Kreislauf etwas tun. Neben den erwähnten Wasseranwendungen regen den Kreislauf Trockenbürsten-Massagen mit anschliessendem Einreiben des Körpers mit einem guten Hautfunktionsöl an. Günstig ist auch viel Bewegung an frischer Luft. Die Gelegenheit dazu bringt uns jetzt die warme Jahreszeit.

Morbus Roemheld

Dies ist ein etwas kompliziertes Krankheitsbild, ein sogenannter Symptomenkomplex, wie er bei älteren Leuten heute oft vorkommt. Der Name Morbus Roemheld ist nach einem Forscher benannt, der in Gundelsheim am Neckar lebte und Ludwig Roemheld hiess, aber schon im Jahre 1938 mit 67 Jahren starb. Er hatte diesen sogenannten gastrocardialen Symptomenkomplex genau beschrieben und diese eigenartigen Herzbeschwerden erklärt, deren Entstehen im Grunde auf einem geblähten Magen und Darm beruht, wodurch das Zwerchfell nach oben gepresst und das Herz eingeengt wird. Will man diesen Herzbeschwerden begegnen, die sogar stenocardische Anfälle auslösen können, dann muss man primär die Leber, den Magen und Darm behandeln und kann so sekundär, also indirekt, auf das Herz einwirken.

Magen, Darm und Leber stärken

Bei diesen eigenartigen Herzstörungen muss man in erster Linie versuchen, Gärungen im Magen-Darm-Trakt zu vermeiden, indem man alle gärenden Gemüse weglässt und durch Bitterstoffe, Boldocynara und Löwenzahn positiv auf die Leber einwirkt. Centauritropfen helfen da auch sehr gut. Man muss dem Patienten unbedingt beibringen, dass er langsam isst und gut einspeichelt, dass er wenig Süssigkeiten zu sich nimmt, vor allem keine Konditoreiwaren und Weisszuckersüssigkeiten, dass er in vermehrtem Masse bittere Salate isst wie Chicoree- und Löwenzahnsalate und er sei-

ne Salatsauce mit Molkenkonzentrat und Joghurt zubereitet, wenn möglich unter Beigabe von frischgeriebenem Meerrettich. Sobald die Blähungen aufhören und der Bauch nicht mehr aufgetrieben ist, so dass das Zwerchfell nicht mehr nach oben verdrängt wird, werden auch gewisse Herzsymptome spontan nachlassen. Zur Stärkung der Herzmuskulatur wird Crataegus eingenommen, morgens und abends etwa 20 Tropfen. Später, wenn die akuten Herzbeschwerden nachlassen, kommt man in der Regel mit einem guten Herztonikum, durch. Die oft vorhandene Übelkeit und die Magenschmerzen werden ebenfalls verschwinden, wenn die gegebenen Ratschläge in bezug auf die Ernährung strikt eingehalten werden.

Herzbeschwerden durch Verdauungsstörungen

Bei älteren Patienten gibt es oft sehr unangenehme Herzbeschwerden, die einem Angst machen können. Sorgt man jedoch dafür, dass Magen, Darm und Leber wieder gut zu arbeiten beginnen, und man diese Störungen beseitigt, werden auch die Herzbeschwerden spontan verschwinden. Wenn also der Diagnostiker, der Therapeut, uns mit einem solchen Fremdwort wie «Morbus Roemheld» zu beeindrucken versucht und starke Herzmittel einsetzen möchte, dann ist es bestimmt nicht abwegig, zuerst einmal die symptomauslösenden Grundursachen im Magen, Darm und in