

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 48 (1991)
Heft: 8

Artikel: Erstes Schweizer Bädernmuseum in Baden eröffnet
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-969806>

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>

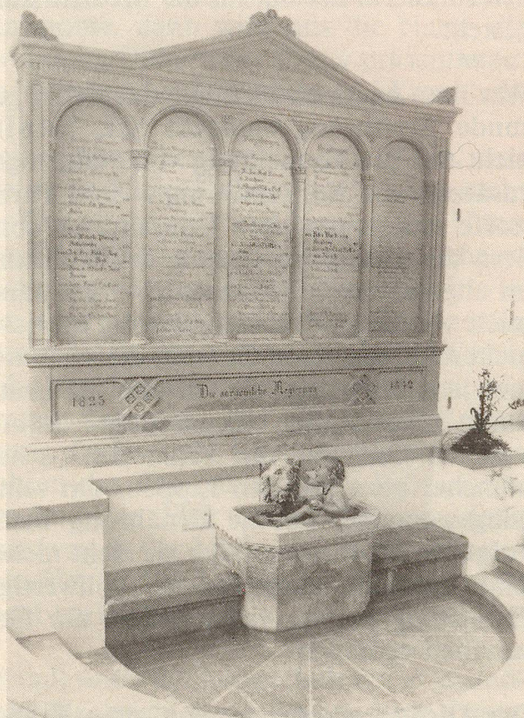
worden. Eine grosse Bedeutung in der Falschernährung wird dabei den tierischen Fetten zugewiesen. Denn besonders das Zuviel an tierischen Fetten begünstigt die Entstehung von Dickdarmkrebs. Bestimmte Bakterien im Dickdarm wandeln die zusätzlichen Gallensäuren in krebserzeugende Stoffe um.

Es wird aber nicht nur bei den Fetten <gesündigt>. Während um die Jahrhundertwende noch 40 bis 60 Gramm Ballaststoffe, also vor allem Pflanzenfasern, mit der täglichen Nahrung zugeführt wurden, sind es heute nur noch 15 bis 20 Gramm. An die Stelle der Ballaststoffe traten immer mehr die raffinierten Kohlenhydrate in Form von Zucker, Weissmehl, weissem Reis, usw. Die Ballaststoffe sind aber ein wichtiger Schutz-

wall gegen den Dickdarmkrebs. Bei wenig Ballaststoffen verweilen die Nahrungsrückstände viel länger im Dickdarm, die Bakterienbesiedlung des Darmes ändert sich, was dann eben zur Umwandlung der Gallensäuren in zum Teil krebserregende Substanzen führt. Die Ballaststoffe andererseits können zur Entstehung von organischen Säuren beitragen, die einer möglichen Krebsentstehung entgegenwirken.

Essen Sie also, wie es Dr. Vogel schon seit Jahrzehnten erkannt hat, wenig tierische Fette, stellen Sie auf kaltgeschlagene Pflanzenöle um, vermeiden Sie die raffinierten Kohlenhydrate und erfreuen Sie sich beim Essen an viel Gemüse, Salaten und Obst als Grundlage.»

Erstes Schweizer Bädernuseum in Baden eröffnet



Erstmals in der Schweiz sind jetzt diese historischen Dokumente der Öffentlichkeit zugänglich: In Baden, der traditionellen Schweizer Bäderstadt, wurde auf Initiative des dortigen Kurdirektors im ehemaligen Inhalatorium der Schweiz erstes Bäderarchiv eröffnet. Gezeigt wird eine besonders interessante Auswahl von Reproduktionen (Aquarellen, Grafiken und Plakaten), die den Besuchern einen Einblick in die Bäderkuren des Mittelalters, der Feudal- und Biédermeierzeit sowie der «Bell Epoque» gewähren.

Unser Bild: In diesem ehemaligen Trinkbrunnen vor einer der beiden prachtvollen und historisch aufschlussreichen Donorentafeln aus dem letzten Jahrhundert vergnügt sich ein junger Kurgast auf seine Weise. Donatoren ermöglichten seinerzeit auch armen Leute heilende Baderkuren. Eine Broschüre über das Bäderarchiv kann beim Kur- und Verkehrsverein Baden bezogen werden. (BN)