

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 53 (1996)
Heft: 8: Ein Virus namens Herpes

Rubrik: Der Natur auf der Spur

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: 28.05.2025

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

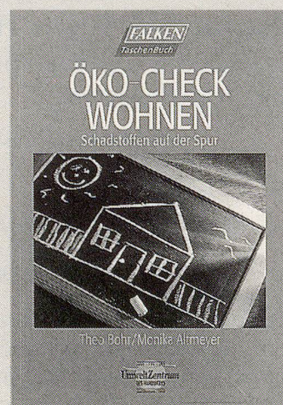
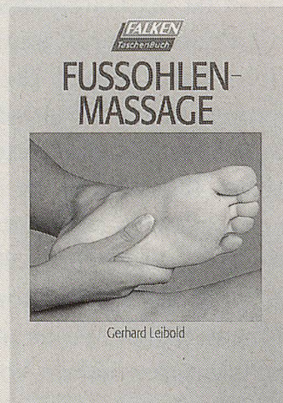
Gesundheits-Ratgeber im Multipack

Zuhauf überfluten sie Markt und Leser und schwemmen dabei ausgezeichnete, mittelmässige oder lausige Qualität an. Sie stammen aus der Feder renommierter Autorinnen und Autoren oder werden, oft als vermeintliche Trendsetter, mehr schlecht als recht ins Deutsche übersetzt. Von Gesundheits- und anderen Ratgebern ist die Rede, jener nützlich-aufklärenden Vorhut der Fachliteratur, welche dem Laien komplexes Wissen anschaulich-hilfreich vermitteln will.

Auch der im deutschen Niedernhausen ansässige Falken Verlag hat sich auf Ratgeber spezialisiert – und das mit beachtlichem Niveau. Das Programm beinhaltet die nicht allein auf den Gesundheitsbereich beschränkte Reihe *Falken Taschenbücher*. Aus der Fülle der Neuerscheinungen – immerhin zwölf neue Taschenbuch-Ratgeber im Monat! – haben wir einige herausgepickt: «*Besser leben durch Fasten*» von Gerhard Leibold zeigt die verschiedenen Folgen, die die Zivilisationskost mit sich bringt.

Ebenfalls von Gerhard Leibold stammt das Buch «*Fusssohlen-Massage*», eine Kurzanleitung über diese schon den alten Chinesen bekannte sanfte Heilweise.

«*Öko-Check Wohnen*» von T. Bohr/M. Altmeyer spürt die Umweltgifte im Wohnbereich auf und enthält einen persönlichen Öko-Check-Fragebogen sowie ein Verzeich-



nis von Labors und Konsumentenorganisationen – auch in der Schweiz und in Österreich.

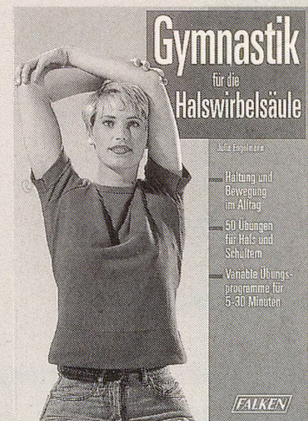
Einige weitere Bücher aus dieser insgesamt informativen und preiswerten Reihe: «*Haupt-Sache Haar*» (Reinhold Rühl), «*Schwangerschafts-Gymnastik*» (Lieselotte Keller), «*Blüten-Therapie nach Dr. Bach*» (Irmgard Wenzel) sowie «*Autogenes Training*» (Rolf Fallert).

Neben der Reihe Taschenbücher sind im Falken Verlag weitere interessante Publikationen zu den verschiedensten Gesundheitsthemen erschienen. Zu erwähnen sind u.a. «*Gymnastik mit dem Stretch-Band*» und «*Rückenschule mit dem grossen Ball*» von Mia Schmidt und Dr. Hans H. Wimpffen.

Die beiden farbig illustrierten Bücher begleiten übrigens die Fernsehserie «*Sprechstunde*» (B3, jeweils montags von 09.45 bis 10.00 Uhr). Weitere empfehlenswerte Titel:

«*Gymnastik für die Halswirbelsäule*»

von J. Engelmann, «*Aktiv gegen Venenleiden*» von Dres. med. Th. Klyscz und M. Jünger sowie – sozusagen als umfassende Klammer, wenn es um Krankheit und chronische Beschwerden geht – «*Schmerz-bewältigung*» von Dr. med. Dieter Kallinke und Klaus Haak.



Falken Taschenbücher kosten zwischen sFr./DM 9.90 und 14.90. Für die anderen erwähnten Bücher aus dem Falken Verlag bezahlt man zwischen sFr./DM 19.90 bis 24.90. Das Gesamtprogramm ist erhältlich bei: Falken Verlag GmbH, Postfach 1120, D 65521 Niedernhausen/TS, Telefon D 061/27 70 20.

• CU

Ein Zauberstrauch für gesunde Haut

Im amerikanischen Virginia ist sie heimisch: *Hamamelis virginiana* L., wie der Virginische Zauberstrauch auf lateinisch heisst. Wenn es um die Behandlung von Hautkrankheiten geht, gehört der sieben Meter in die Höhe wachsende Strauch zu den wahren «Zauberpflanzen» der Natur – das belegen auch neuere Studien.

Schon bevor die Europäer kamen, wandten die Indianer Nordamerikas die gequetschten Blätter des Hamamelis-Strauches gegen schlecht heilende Wunden, Ekzeme und Hautunreinheiten an. In der Naturheilkunde sowie in der Kosmetik kennt man die Wirkungen der *Hamamelis virginiana* ebenfalls, sowohl als Hamamelis-Wasser als auch als Tinktur. Alfred Vogel hat die Pflanze und ihre nützlichen Eigenschaften in seinen Büchern, u.a. in «*Die Natur als biologischer Wegweiser*», beschrieben. Auch die mild reinigende und pflegende Hamamelis-Kräuterseife sowie die Hamamelis-Salbe von A. Vogel enthalten die reine Frischpflanzentinktur dieses Zauberstrauches sowie des Thymian.

Natürliche Alternative zu Kortison

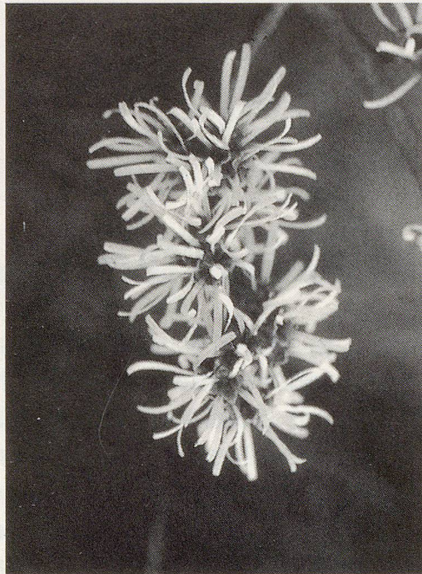
Seit einiger Zeit macht die Virginische Zauber- nuss von anderer Seite her auf sich aufmerksam: als sanfte Alternative zu Kortison. Bei Kortison handelt es sich bekanntlich um ein Präparat, das zur Reduzierung von Entzündungen bei schweren Allergien sowie bei rheumatischen und Bindegewebserkrankungen eingesetzt wird. Ab sofort muss man nicht gleich mit «schwerem Geschütz» einfahren: Klinische Versuche im deutschen Völklingen, die der Hautarzt Dr. Ingo Schindera durchgeführt hat, bestätigen, dass Hamamelis-Wasser – der Auszug des Zauberstrauches – eine kor-

tisonähnliche Wirkung besitzt. Bei Beschwerden im Analbereich, bei Hämorrhoiden sowie Ekzemen und anderen Hautschäden konnte bei 80 Prozent der Testpersonen nach einem Monat Behandlung mit Hamamelis-Wasser-Präparaten eine Besserung festgestellt werden.

Hersteller dieser Hamamelis-Präparate ist die BCL in Zollikon bei Zürich. *Anal-Gen* *Lotion*, *Proctalgen Lösung* und *Deskin* ent-

halten bis zu 88 Prozent Hamamelis-Wasser, sind konservierungsfrei und kommen ohne Emulgatorenanteile aus, was sie gut verträglich macht. Sie sind in Apotheken und Drogerien erhältlich.

Weitere Informationen: BCL Company, Rebwiesstrasse 58, CH 8702 Zollikon, Tel. CH 01/391 90 70. Die Hamamelis-Kräuterseife sowie -Salbe sind erhältlich bei: A. Vogel GmbH, CH 9053 Teufen, Tel. CH 071/333 10 23. • CU



Natürlich umweltfreundliche Farben

Nicht alles, was farbig ist, ist umweltverträglich. Unter den sogenannten Mineraloxidfarben, gibt es einige, die sehr giftig und/oder umweltschädlich sind. Problem erkannt, sagen die Farbenhersteller dazu. Lösung gefunden, heisst es in selteneren Fällen. Ein Beispiel dafür ist die Fa. Sax-Farben AG im zürcherischen Urdorf. *Mucasin* heisst eine Innenraumfarbe, die aus Milch, Zucker, Sojaöl, Talkum und natürlichen Pigmenten besteht. Sie ist frei von schadstoffhaltigen Lösemitteln und besitzt das Logo des grünen Baumes, welches das kürzlich mit der europäischen Umweltnorm (ISO/DIS 14001) ausgezeichnete Unternehmen seinen zu 95 Prozent aus regenerierbaren Stoffen bestehenden Farben verleiht. Eine natürliche, bunte Sache.

Adresse: Sax-Farben AG, Stationsstr. 41, CH 8902 Urdorf, Tel. CH 01/734 43 20. • CU