

Editorial

Autor(en): **Rawer, Claudia**

Objektyp: **Preface**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **72 (2015)**

Heft 7-8: **Blitzschnelle Botenstoffe**

PDF erstellt am: **21.07.2024**

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.

Frisch versus faul

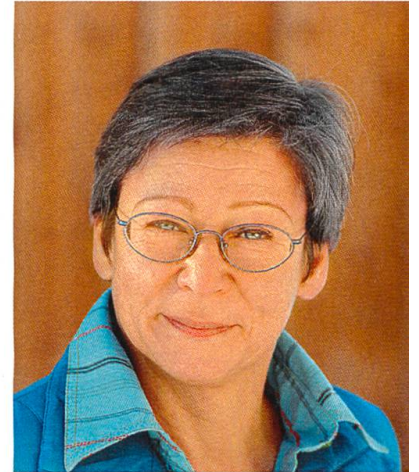
Liebe Leserinnen und Leser

Die Ideen und Prinzipien von Alfred Vogel sind einem natürlich gegenwärtig, wenn man seit mehr als zehn Jahren bei und für A.Vogel arbeitet. Dennoch bin ich immer wieder erstaunt, wie frisch und aktuell eben diese Ideen sind. Er konnte zu seiner Zeit nur intuitiv und aus langjähriger Erfahrung ahnen, dass zum Beispiel bestimmte Inhaltsstoffe einer Pflanze wichtig für die Gesamtwirkung eines pflanzlichen Heilmittels sind. Sie waren damals ja noch gar nicht identifiziert. Aber er folgte seiner Überzeugung – auch ganz praktisch. Das macht ihn wirklich zu einem Pionier der Phytotherapie, und seine Massgaben zur Herstellung von Arzneimitteln aus frischen Pflanzen sind heute aktueller denn je.

Doch eine Strömung gibt es, mit der Alfred Vogel ganz sicher nicht einverstanden gewesen wäre. Oft wird geklagt, der «ungesunde Lebensstil von heute» sei eben unausweichlich. Zu viel Stress, zu viel Fleisch, zu wenig Gemüse, Rauchen, Alkohol, Bewegungsmangel – «so ist das eben». Lösung: hier eine Pille, dort ein Pülverchen, ein paar Vitamine und Mineralstoffe in Tablettenform, ein Säureblocker, ein Beruhigungsmittel, schon ist die Sache erledigt. Vogel wusste genau: «Der Arzt und Therapeut ist wie ein Bergführer. Er geht zwar voran und zeigt den Weg, aber er trägt die Patienten nicht.» Er hätte es nicht so unvornehm formuliert, aber den Hintern hochkriegen muss man schon selbst. Nicht sich im Restaurant oder der Kantine zurücklehnen und sagen: Es gibt ja nur Schnitzel. Sondern selbst kochen, mit frischen Zutaten, und die Gemüsemenge verdoppeln, zum Beispiel. Nicht nur den Mangel an Bewegung beklagen, sondern sich einen Schrittzähler anschaffen, zum Kollegen gehen statt ihn anzurufen oder zu mailen, und am Wochenende an die frische Luft statt fernzusehen. Zugegeben, es ist oft extrem schwierig, mit dem fieseren inneren Ja-aber-Stimmchen zu argumentieren. Aber wenigstens versuchen können wir es doch.

Bleiben Sie gesund!
Herzlichst Ihre

Claudia Rawer



Claudia Rawer
c.rawer@verlag-avogel.ch

Gesundheits-Nachrichten
Postfach 63
CH-9053 Teufen
E-Mail:
info@verlag-avogel.ch
Internet:
www.gesundheits-
nachrichten.ch