Die Grippe

Autor(en): **Liechti-Von Brasch, Dagmar**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Kultur und Politik : Zeitschrift für ökologische, soziale und wirtschaftliche Zusammenhänge**

Band (Jahr): **15 (1960)**

Heft 1

PDF erstellt am: **24.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-890539

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.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Heidi ist verwandt und weilte, nachdem seine Mutter gestorben war, noch vier Jahre bei seiner Gotte in der Farnweid. Heute ist es auch daheim und erzählt eben ein lustiges Erlebnis aus seiner Haushaltlehrstelle.

Rösy besucht die sechste Primarklasse. Es ist noch ganz Kind und freut sich über jede Abwechslung, die sich bietet. Heute gefällt es ihm besonders gut, weil wieder mal viele Leute da sind, die erzählen und sogar spielen und spassen mit ihm.

Der Nachmittag ist viel zu schnell vorbei. Schon müssen die Farnweidkinder aufbrechen. Bald ist die große Familie zusammengeschrumpft auf die vier, die dableiben. Doch Vater und Mutter strahlen. Sie freuen sich am Glück ihrer Kinder und bedenken auch die Sorgen und Nöte, die heute etwa aufgedeckt wurden.

Noch lange wird dieser Tag in aller Erinnerung bleiben.

Gertrud Mosimann

DIE GRIPPE

Wohl klingt die Grippewelle, die auch durch unser Land zog, ab, wenn die Frühlingsnummer der «Vierteljahrsschrift für Kultur und Politik» zu unseren Freunden und ihren Familien getragen wird. Trotzdem möchten wir ihnen nicht vorenthalten, was Frau Dr. med. Dagmar Liechti- von Brasch, Chefärztin an der Klinik Bircher-Benner in Zürich, in der Februar-Nummer der bekannten Monatsschrift «*Der Wendepunkt*» über «*Die Grippe — wie man ihr begegnen soll*», schrieb.

Praktische Behandlungsvorschläge

Die ersten Anzeichen der Grippe, wie Zerschlagenheit, Gliederweh, Kopfweh, Nervenschmerzen, sind zu beachten, und es ist am besten, ihnen mit einem kräftigen Marsch zu begegnen. Dies solange noch kein Fieberanstieg festgestellt wird. Das Marschieren erfolge bis zu leichtem Schwitzen. Danach kühle Waschung

und kräftiges Frottieren des ganzen Körpers mit anschließender Bettruhe. Vermeidung schwerer, fettreicher oder reizstoffhaltiger Kost. Kein Kaffee, Tee, Alkohol, Schokolade. Vorwiegend Frischkost, Fruchtsäfte, Lindenblütentee als Anregung der Schweißproduktion. Beachtung gründlicher Darmentleerung durch Ballonklistier, Kamilleneinlauf oder Karlsbadersalz oder ähnliches mehr. Oft kann eine Grippe, wenn man den Körper so unterstützt, im Keim überwunden werden.

Steigt das Fieber weiter an, so gebe man reine Rohdiät, reichliche Flüssigkeitszufuhr, vorwiegend Frischsäfte (Zitrusfrüchte!) und Kräutertee. Strenge Bettruhe ist notwendig. Bei einer Verschleppung der Grippe und anderen Virusinfektionen wird wertvolle Zeit verloren, und die Krankheit dauert danach länger und bringt oft Komplikationen mit sich. Bei Fieberanstieg ist kräftiges Schwitzen in heissem Bad mit Lindenblütentee oder im Lichtbogen von großem Wert, anschließend kalte Waschung und rasches Zudecken mit warmen Decken zum Nachdampfen. Nachts lege man Wadenwickel nach Prießnitz an oder führe bei hohem Fieber Arm- und Beinwaschungen durch zur Ableitung des Fiebers in die äußeren Körperregionen. Offenes Fenster! Frische Luft! Tiefe Atmung! Bei Nasen-, Rachen- oder Bronchialkatarrh stelle man kochenden Kamillentee mit 2 bis 3 Tropfen Eukalyptusessenz in einer Pfanne oder auf einem elektrischen Kocher als Kräuterdampf neben das Bett zur Förderung und Lösung der Schleimproduktion. Bei hohem Fieber soll der Arzt gerufen werden. Eine so bekämpfte Grippe ist normalerweise nach 3 bis 4 Tagen überwunden. Die nötige Nachbehandlung dauert weitere 2 bis drei Tage. Während dieser soll der Patient noch nicht arbeiten, mindestens einen Tag fieberfrei im Bett bleiben, dann langsam aufstehen und in reichlich frischer Luft kleine Spaziergänge machen. Hautbelebung durch Trockenbürsten, wechselwarme Waschung und tiefe Atmung beschleunigen die Rekonvaleszenz. Nach durchschnittlich einer Woche ist eine solche Grippe ohne Hinterlassung von Dauerschäden, ja mit einem Gewinn an Gesundheit überwunden.

Als im Herbst des Jahres 1918 alle Spitäler des Landes wegen der schweren Grippeepidemie erkrankte Militärpatienten aufnehmen mußten, nahm Bircher-Benner auch eine große Zahl

von Soldaten in eines seiner Klinikgebäude auf. Sie wurden alle in dem oben beschriebenen Sinne gepflegt und verließen die Klinik ausnahmslos völlig geheilt. Es kamen kein Todesfall, keine Herzlähmung, keine Hirnhaut- oder Lungenkomplikationen vor. Tödlicher Ausgang unter schwersten toxischen Symptomen war sonst in jener Epidemie in einer bedrückend großen Zahl von Fällen zu erleben. Diese Beobachtung beweist die Wirksamkeit der natürlichen Heilkräfte und die Verantwortung, die Arzt und Patient tragen, diese zu fördern und nach Kräften einzusetzen.

Die Vorbeugung der Krankheit wird allen Lesern nach dem eben Gesagten einleuchten: Gesunde Ernährung mit betontem Vitalstoffreichtum, Bewegung an frischer Luft, Pflege des Atems, der Haut, des Körpergefühls.

Von neuen Büchern

Mc Dougall: «*Charakter und Lebensführung.*» Francke Verlag Bern.

Diese praktische Psychologie für jedermann ist in der bekannten Sammlung Dalp erschienen. Sie enthält Darstellungen aus allen Gebieten der Wissenschaft. Die einzelnen Bände führen in ganze Disziplinen wie auch in Teilgebiete oder Spezialprobleme ein; sie sind von guten Kennern ihres Faches, manche von namhaften Gelehrten verfaßt.

Die Reihe wendet sich an alle, die ernsthafte und zuverläßige, nicht zu weitgehend vereinfachte Darstellungen wissenschaftlicher Fragen suchen.

Ueber das Buch von Mc Dougall schreibt die «Internationale Zeitschrift für Erziehungswissenschaft, Salzburg»:

«Seine Ausführungen über Liebe und Ehe, das Verhältnis der Geschlechter untereinander usw., gehören zu dem Schönsten, was ohne Metaphysik dazu gesagt werden kann. — Wir halten dieses Buch für eine glückliche Verifikation einer mehr als dreißigjährigen, der Forschung gewidmeten Lebensarbeit: es ist das Letzte, was ein ebenso lebensvoller wie abgeklärter Humanismus dem Menschen zu sagen vermag.»

*

Peter Dürrenmatt: «*Schweizer Geschichte*». Verlag Hallwag Bern.

Eine Schweizergeschichte mehr! So wird mancher denken. Und doch ist die Arbeit Dürrenmatts eine wertvolle Ergänzung der bisherigen