Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 9 (1952)
Heft: 12

Artikel: Vorsicht geboten!
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-969088

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 16.07.2025

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

um akute Anfälle rasch abklingen zu lassen. Bei Nervenentzündungen helfen Ozonbäder sehr gut, besonders wenn man die entzündeten Stellen vor und nach der Behandlung mit Johannisöl einreibt. Blasenleiden, bei deren Behandlung die Wärme eine grosse Rolle spielt, kann man mit der Ozonbehandlung günstig beeinflussen, ebenso Nierenleiden, nur sollte man 2 bis 3 Tage vorher Nierentee und gute Nierentropfen einnehmen, sei es nun Solidago oder eine Kombination von Frischpflanzenextrakten. Wer unter Kreislaufstörungen, also unter venösen Stauungen zu leiden hat, demnach also Krampfadern oder Hämorrhoiden besitzt, der sollte mindestens 14 Tage oder sogar 4 Wochen lang die Venenmittel vor der Ozonbehandlung einnehmen, also Aesculus hippoc., Hypericum- und Calcium-Komplex und nachher die Ozonbehandlung durchführen, worauf er einen rascheren Erfolg haben wird, denn er wird dadurch die Wirkung der innern Mittel wesentlich unterstützen können. Bei Bronchialkatarrh und Asthma ist es gut, eine Kalktherapie durchzuführen und mit Urticalcin eine längere Kur zu machen. Zwei bis drei Tage vor der Ozonbehandlung sollte ferner eine Packung mit einem Absud von Wacholderchries, von kleinem Kostens, also wildem Thymian oder Eucalypthusblättern auf die Bronchien vorgenommen und daraufhin die Ozonbehandlung durchgeführt werden. Nach dieser Behandlung erfolgt erneut die Packung und im Wechsel wieder die Ozonbehandlung. Führt man diese Methode öfters im Wechsel durch, dann kann man bei asthmatischen Leiden wie auch bei akuten und chronischen Bronchialkatarrhen sehr schöne Erfolge erzielen. Bei all diesen physikalischen Behandlungen ist es natürlich notwendig, dass man die Behandlungsstärke, die Behandlungsdauer und die Behandlungsart individuell abstimmt. Nicht alle Menschen reagieren eben gleich und es ist nun Sache des kundigen Fachmannes herauszufinden, ob ein Patient für solche Behandlungen geeignet ist, und ob diese bei ihm gut ansprechen kann. Beim Eintreten starker Reaktionen müssen sämtliche Behandlungen milder durchgeführt werden. Es ist besser, die Kurdauer einer Behandlung etwas hinauszuziehen und weniger starke und drastische Anwendungen durchzuführen. Auf jeden Fall ist die Ozonbehandlung eine willkommene Unterstützung natürlicher Anwendungen unter den vielen Hilfsmitteln physikalischer Therapie.

Achtung: Schulmappen!

Früher als der Schulbesuch noch nicht soviel Zeit und Kraft beanspruchte wie heute, war es noch nicht verächtlich mit dem üblichen Schulsack auf dem Rücken zur Schule zu gehen. Erst in den oberen Klassen der höheren Schulen wechselte man den Schulsack mit der gesundheitlich weniger günstigen Schulmappe. Heute beginnen damit schon viele in weit früherem Alter. Wohl ist hie und da schon darauf hingewiesen worden, dass einseitiges Mappentragen, also entweder immer auf der linken oder regelmässig auf der rechten Seite, gesundheitsschädigend sei. Gerade heute, wo die Mappen oft übermässig vollgepfropft werden, ist es unbedingt angebracht den notwendigen Wechsel vom rechten zum linken Arm als Träger vorzunehmen und umgekehrt. Die Jugend ist solchen Warnungen gegenüber oft überaus gleichgültig und unbesorgt, denn oft leidet man unter den Schädigungen erst später. Wer jahrelang seine Schulmappe beispielsweise regelmässig auf der linken Seite trägt, muss sich nicht wundern, wenn er einseitig wird. Die Wirbelsäule wird dadurch nach links abgebogen, was viele Chiropraktoren bestätigen und was zu allerlei Schwierigkeiten führen kann. Das Nervensystem vermag infolge dieser Verschiebung die obern Organe nur noch mangelhaft zu bedienen, wodurch Störungen auftreten können. Die heranreifende Jugend sollte sich dies unbedingt merken und in Zukunft vorsichtig sein, denn auch hier ist Vorbeugen besser, als die Nachteile im reifen Alter oder gar in den Tagen des Lebensabends unliebsam in Kauf nehmen zu müssen.

Kleine Ursachen, grosse Auswirkungen

Angeregt durch den Wermutbericht im «kleinen Doktor» erzählte Frau H. aus S. eine interessante Begebenheit. Ihr 3½jähriges Kind hatte nebst dem Keuchhusten auch noch die Masern und eine Lungenentzündung. Der Zustand war besorgniserregend, da die Fieber täglich auf 42° stiegen. Drei Tage lang konnte das Kind nichts mehr einnehmen. Es lag teilnahmslos da, die Zähne aufeinandergebissen, mit brandigen Lippen, tiefen Schatten um die Augen und bereits blauen Fingernägelchen. Die Aerzte machten die Mutter darauf aufmerksam, dass jede Stunde die letzte sein könne. In ihrer Bedrängnis las diese in einem Kräuterbuch von der günstigen Wirkung des Wermuttees bei Lungenentzündung, worauf sie dem Kind halbstündlich ein Löffelchen davon eingab, und siehe da, der Wermut bewirkte einen starken Durchfall, in dem sich eine Menge kleiner Madenwürmer befand. Tags darauf war das Kind frisch und munter, war nicht mehr im Bett zu halten, sondern spielte eifrig mit seinem Brüderchen, als die erstaunten Aerzte nach seinem Befinden Ausschau hielten. Einer von ihnen erwähnte: «Wir stehen vor einem grossen Wunder!» Eingehend erkundigte er sich bei der Mutter nach der Ursache der veränderten Lage. Dieses Wunder ist nun aber sehr einfach zu erklären, wenn man die Zusammenhänge richtig durchdenkt. Madenwürmer sind bekanntlich sehr schlimme Schmarotzer, die besonders bei Kindern lebensgefährliche Situationen hervorrufen können, wenn sie in Mengen auftreten, da sie den Organismus durch ihre Ausscheidung immer wieder vergiften und dadurch verschiedene Störungen verursachen. Der Wermuttee, den die besorgte Mutter dem Kinde regelmässig eingab, hat nun diese Schmarotzer gesamthaft vertrieben, denn Wermut ist ein altbekanntes Wurmmittel. Solch kleine Ursachen können oft grosse Auswirkungen haben. Versteht man das Richtige zu wählen, dann fallen auch die Störungen dahin und das Wunder, das sich einstellt, ist durch folgerichtige Einwirkung einfacher Mittel in Erscheinung getreten.

Könnte man jeweils alle Störungen klar erkennen, dann wären die Schwierigkeiten auch durch die geeigneten Mittel rasch wieder behoben. Darum ist die Naturheilmethode immer ratsam, denn sie sucht in erster Linie die Funktionen des Körpers wieder anzuregen, wodurch Gifte ausgeschieden und mancherlei Komplikationen ohne weiteres gelöst werden können.

Vorsicht geboten!

Wir sind gewohnt, allzugern und allzurasch zu den gepriesenen Wundermitteln aus Amerika zu greifen. Leider sind diese noch viel zuwenig auf ihre Nebenwirkungen geprüft worden. Des öftern hört man daher von allerlei nachträglichen Störungen, die durch sorglose Anwendung dieser Patentmittel hervorgerufen werden. Erst kürzlich berichtete eine Patientin telephonisch, dass sie durch längere Anwendung von «Vicks» den Geruch- und Geschmacksinn verloren habe. Sie teilte die unliebsame Wirkung auch ihrem Hausarzt mit, der daraufhin spontan gesagt haben soll: «Dieses verflixte Vicks!» Daraus geht ziemlich eindeutig hervor, dass dieser Arzt das Mittel bereits kannte und nachteilige Erfahrungen mit ihm gemacht haben muss. Man darf gegen amerikanische Patentmittel ruhig etwas skeptisch sein, denn die Amerikaner scheinen eine ganz andere Beurteilungsart in bezug auf Medikamente zu haben als wir. Wohl gibt es Patienten, die auf diese Chemikalien nicht negativ reagieren und mit diesen rechnet der Amerikaner. Es gibt aber auch sensible Naturen, die dadurch unangenehmen Schaden erleiden. Vorsicht ist also am Platze. Besonders scheinen Geruchs- und Geschmacksnerven durch diese Mittel gefährdet zu sein. Bereits habe auch ich in meiner Praxis verschiedene diesbezügliche

Fälle beobachten können. Warum greift man nicht lieber zu den altbewährten Mitteln und Heilweisen, zu Pflanzenpräparaten, zu Wickeln und andern physikalischen Anwendungen? Ist es nicht bloss darum, weil sie uns mehr Mühe bereiten und weil es etwas länger geht, bis wir unsere Uebel los haben? Nehmen wir aber diese Umstände in Kauf, und setzen wir unser Vertrauen und Bemühen in die natürliche Heilweise, dann werden wir auch unsere Beschwerden ohne unliebsame Nebenwirkungen los werden, denn Naturmittel und natürliche Methoden heilen bekanntlich ohne neue Schädigungen hervorzurufen. Wir müssen kein Risiko auf uns nehmen, wenn wir diesen Weg einschlagen, höchstens, wie bereits erwähnt, etwas mehr Mühe, Ausdauer und Regelmässigkeit im Durchführen der notwendigen Kuren. Es ist unbedingt notwendig, dass wir unsere Veranlagungen gut geprüft haben, bevor wir unser Vertrauen und unsere Zuversicht in rasch wirkende Patentmittel legen. Wenn wir keine unliebsamen Erfahrungen machen wollen, müssen wir uns danach richten.

UNSERE HEILPFLANZEN

«Du bist doch eine grosse Künstlerin,» begann der Kirschbaum an einem sonnigen Nachmittag sein Gespräch, indem er sich zur alten Eiche wandte. «Du kannst alt sein, ohne zu altern, denn als ich noch ein ganz kleines Bäumchen war, stand ich bereits schon hier in deiner Nähe, und ich hatte den Eindruck, du seiest damals schon so gross und stattlich gewesen wie heute. Man sagt, du könnest 1000 Jahre alt werden, und es scheint mir bald, dass dies stimmen könnte. Wie alt bist du eigentlich?» «Das weiss ich selbst nicht, sagte die Eiche,» man müsste schon meine Jahrringe zählen. Es ist so schwierig, die vielen Jahre in Erinnerung zu behalten, besonders, wenn mehrere Jahrhunderte mit all ihren Ereignissen an einem vorübergegangen sind. Man hat anderes zu tun, als seine Jahre zu zählen. Ich freue mich über jeden Frühling, freue mich an jedem Sommer, bin beglückt, wenn der Herbst mit seiner reichen Farbenfülle bei uns einkehrt, und im Winter, da ruht man und sinnt eben nach über Ernstes und Heiteres, was man erlebt, gesehen und mitempfunden hat. Wieviel Schlimmes hat sich ereignet in den vielen Jahren, Jahrzehnten und Jahrhunderten, die ich nun schon lebe und doch, man darf nicht an das Schlimme denken, man muss dies vergessen können. Es ist angenehmer, das Schöne zu behalten!» «Das meine ich auch», sagte das Eichhörnchen, das emsig hin und herhüpfte und sich freute, dass es bereits schon seine reiche Haselnussernte zusammengebracht hatte. Unter den kräftigen Wurzeln der Eiche hatte es seinen Vorrat versteckt. Auch darüber freute es sich sehr, denn letztes Jahr war es ihm nicht nach Wunsch ergangen. Da es keinen Versteck mehr gefunden hatte, hatten die Mäuse sich an seiner Arbeit gütlich getan, so dass ihm diese keineswegs dienlich sein konnte. Gleichwohl sammelte es auch dieses Jahr wieder fleissig, was sich sammeln liess, denn auch das Eichhörnchen kann Schweres vergessen, ja es entgeht hie und da seinem Gedächtnis sogar, wohin es überhaupt seine Schätze versteckt hat. Auch das darf ihm nicht allzuschlimm erscheinen. Die Eule, die mit Vorliebe in der buschigen Krone der Eiche wohnte, fand allerdings, man sollte in solchen lebenswichtigen Angelegenheiten etwas besser Ordnung halten. Unbekümmert darob schwang sich das Eichhörnchen ganz einfach auf einen andern Ast. Mochte ihm die Eule Vorwürfe machen, es kümmerte sich nicht darum, war das Sammeln doch gar zu schön, und irgend jemand konnte sich doch immerhin an seinem Fleiss und seiner Arbeit gütlich tun. «Ich glaube auch,» so meinte die Eiche, «dass unser Eichhörnchen nicht unrecht hat, denn man sollte sich darüber freuen, wenn man andern dienen und nützen kann.» «Das kannst bestimmt gerade du,» versicherte der wilde Kirschbaum. «Mag sein, dass dich die alten Germanen nicht umsonst verehrt haben. Vielleicht haben sie sich damals nicht nur dein Holz zunutze gezogen, das ja bekanntlich das dauerhafteste sein soll, das in unserer Gegend wächst, sehr wahrscheinlich kannten sie auch deine Heilkräfte, die ihnen reichliche Dienste leisteten.» «Heilkräfte? Was sind denn schon für Heilkräfte in unserer guten Eiche? Sie ist doch ein Baum und kein Heilkraut?» meinte da die Mistel, die wie die Eule ihre Wohnstätte auf den Aesten der Eiche gefunden hatte und nun ihr Leben beharrlich auf ihr fristete. Sie ist zwar hier sehr selten, denn die Eichenmistel findet man in unserer Gegend nicht so leicht. Ihre Blätter sind breiter, ihre Beeren gelb statt weiss. So unterscheidet sie sich von der gewöhnlichen Mistel, die auch nicht über die gleich seltenen Heilsäfte verfügt, wie die Eichenmistel. Ja, sie weiss es, dass nirgends ein besserer Saft gegen jenes schwere Nervenleiden, das man Epilepsie nennt, zu finden ist, als eben bei ihr, der Eichenmistel. Wie aber steht es nun mit der Eiche? Ganz durchdrungen von der eigenen Wichtigkeit, bezweifelte die bevorzugte Eichenmistel das Können ihrer stattlichen Gastgeberin. Aber der Ahorn wusste es besser: «O, die Eichenrinde ist ein altbewährtes Heilmittel. Für Bäder wird sie gebraucht, für Extraktbereitung wird sie verwendet. Wie sie wirkt, das wissen jene, denen sie geholfen hat. Trinkt man Eichenrindentee oder nimmt man den Extrakt aus der frischen Eichenrinde ein, dann wird die glatte Muskulatur der Blutgefässe beeinflusst, eine gestörte Blutzirkulation in den Darm-Schleimhäuten wird wieder in Ordnung gebracht und somit können Darmkatarrhe geheilt werden. Wer weiss? Vielleicht ist auch die gute Wirkung bei Milzschwellungen auf diese eigenartigen Heilstoffe der Eichenrinde zurückzuführen! Es gibt ja bekanntlich wenig Mittel, die bei Milzschwellung gut wirken und die Eichenrinde gehört zu diesen wenigen. Auch zur Blutstillung wird sie öfters angewandt, wiewohl mir scheint, dass die Blutwurz hiezu doch noch die bessern Säfte in sich birgt, denn sie hat sich in der Hinsicht wirklich vollauf bewährt!» «Ja, das stimmt schon,» meinte der wilde Kirschbaum, der den Erklärungen des Ahorns aufmerksam zugehört hatte, «aber gleichwohl wirkt auch die Eichenrinde in dieser Hinsicht, wenn auch nicht so stark wie die Tormentilla. Weisst du auch, dass sie ausgezeichnet hilft bei Frostbeulen? Man muss sie hiezu allerdings äusserlich anwenden und zwar in Form einer 20prozentigen Salbe. Bekannt ist auch, dass man den konzentrierten Eichenrinden-Extrakt oder den Eichenrindentee mit Lehm zu einem Brei vermengen kann und dieser Brei wirkt als Auflage bei Kropf äusserst günstig, denn der dicke Hals geht dadurch etwas zurück. Nicht umsonst hat schon Pfarrer Kneipp den Eichenrindenextrakt für Umschläge bei Kröpfen und Drüsenanschwellungen empfohlen. Und weil wir nun gerade bei den Drüsen angelangt sind, möchte ich nicht vergessen, noch zu erwähnen, dass in neuerer Zeit sogar eine gewisse Wirkung der Eichenrinde bei Krebsgeschwulsten beobachtet worden ist. Wer weiss, ob nicht dadurch die Eiche noch in eine Vorrangstellung kommt bei der Krebsbehandlung? Diese Eiche, die doch bis zu 1000 Jahre alt werden kann, hat eine Lebenskraft, die für degenerierte Zellen, wie die Krebszellen bestimmt genannt werden können, sicherlich eine regenerierende Kraftquelle bedeuten. Viele Erfahrungen weisen darauf hin, dass man diesem Punkt in der nächsten Zeit noch vermehrte Aufmerksamkeit schenken wird und bestimmt schenken muss. Sicherlich sind es nicht nur die Gerbstoffe, sondern noch andere Kräfte, die man nur in praktischer Erfahrung erkennen, aber nicht immer definieren kann. Dass die Eicheln selbst, also die hübschen Früchte unserer Eiche, einen hervorragenden Kaffee ergeben, den altbekannten Eichelkaffee, das wissen wir wohl alle. Bei chronischem Diarrhöe soll er gute Dienste leisten. Immer wieder angewandt, kann er sogar eine gewisse Regelung der Darmtätigkeit erwirken. Wer unter Verstopfung leidet, sollte allerdings dem Eichelkaffee weniger zusprechen. Kinder aber, die immer ein wenig einen weichen Stuhl haben, vielleicht sogar etwas scrofulös, also ein wenig von der englischen Krankheit befallen sind, sollten