

Festitis

Autor(en): **[s.n.]**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **17 (1960)**

Heft 1

PDF erstellt am: **27.06.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-969455>

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.

Festitis

Was soll denn dies nun sein? Handelt es sich da wohl schon wieder um eine neue Krankheit? Nein, bestimmt nicht. Es ist ein Ausdruck, den ich selbst geprägt habe, um in einer gewissermaßen etwas satirischen Form die vielen Uebel zu bezeichnen, die nach Festtagen immer wieder in Erscheinung treten. Ich bin es ganz gewohnt, daß nach Neujahr viele Bestellungen für Lebertropfen und Centauri-, also Tausendguldenkrauttropfen eingehen, denn die verdorbene Leber, der geschwächte Magen und auch der schlechte Appetit müssen wieder in Ordnung gebracht werden. Auch Gastrinol, ebenfalls ein Mittel, das die Magenschleimhäute zu regenerieren vermag, wird wieder vermehrt benötigt. Nun ja, vielleicht sogar auch Tormentavena, damit man Durchfall oder Dysbakterie, die durch die vielen Schleckereien entstanden sind, einigermaßen wieder ausgleichen kann. Auch Avena sativa, Ginsavena und Neuroforce, diese hervorragenden Nervenmittel, werden wieder vermehrt gebraucht, denn die Nerven müssen in der Regel bei Festlichkeiten mehr erhalten als sonst. Der Sammelbegriff Festitis für die verschiedenen Krankheiten, die nach längeren Festzeiten in Erscheinung treten, ist daher gar nicht sonderlich abwegig, weist er doch auf deren gemeinsamen Ursprung hin.

Süßigkeitsüberfütterung

Es ist besonders für Kinder ein großes Risiko, wenn man ihnen zu viel Süßigkeiten gibt, wie dies an Festtagen üblich ist. Bekanntlich sind Süßigkeiten für Magen, Darm und Leber, besonders in größeren Mengen genossen, ungünstig. Es ist begreiflich, daß Kinder zur Winterszeit ein vermehrtes Süßigkeitsbedürfnis haben, aber man kann es mit Feigen, Rosinen, Korinthen, Datteln und all den anderen natürlichen Süßstoffen, die geboten werden, leicht und maßvoll decken. Gleichzeitig verabreichen wir den Kindern damit noch Knäcke- oder Vogelbrot, da dies einen gewissen Ausgleich zu den Süßigkeiten zu

schaffen vermag. Vergessen wir auch nicht, daß schon allein der überreichliche Zuckergenuß Störungen auslösen kann, geschweige denn Süßigkeiten, die wir, bereits fertig hergestellt, einkaufen mögen, ohne zu wissen, ob sie Farbe, künstliche Aromastoffe und allerlei andere nachteilige Zusätze enthalten, die also ihrerseits noch weiteren Schaden hinzufügen können. Eltern sollten daher unbedingt vorsichtig sein. Wahre Liebe den Kindern gegenüber äußert sich nicht dadurch, daß man sie mit Leckerbissen überschüttet, die Störungen hervorrufen und den armen Magen nebst der kleinen Leber schädigen, was sich oft sogar zu einem bleibenden Nachteil auswirken kann.

Erfolgreiche Abhilfe

Wie sollen wir also den entstandenen Schaden beheben? Ganz einfach durch das Einschalten eines Fasttages. Wir geben vielleicht etwas Grapefruit- oder Rüebli-saft, auch einige Tropfen Tausendguldenkraut in etwas Wasser sind angebracht. Zudem versäumen wir nicht, regelmäßig Urticalcin, die beliebten Kalktabletten, einzugeben. Sind vielleicht Entzündungen entstanden, womöglich eine leichte Dickdarmentzündung, dann ist Echinaforce das gegebene Mittel. Auf jeden Fall denken wir bei den erwähnten Störungen immer an das Fasten, auch wenn es nur ein Saftfasten ist, wodurch sich der Körper am besten wieder erholen kann. Sehr gut ist es auch, wenn man vielleicht eine ganze Woche hindurch gar keinen Zucker mehr verwendet. Statt dessen genießen wir Salate, nebst Pellkartoffeln oder Naturreis, also alles natürliche Nahrungsmittel, wobei wir bei mangelndem Appetit darauf achten, nur ganz kleine Mengen gut gekaut zu genießen. Wir vergessen auch nicht, zum Essen etwas verdünntes Molkenkonzentrat zu trinken, da es die Verdauung vorzüglich fördern hilft. Auf diese Weise können wir die Festtagskrankheiten, nun unter ihrem neuen Namen als Festitis bekannt, erfolgreich bekämpfen.