Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 17 (1960)
Heft: 1

Artikel: Festitis
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-969455

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: 14.07.2025

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

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 Gastronol, 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 herhalten 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 Rüeblisaft, 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.